

Univerzita Karlova

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie

## BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Copingové strategie jedinců se zkušeností střídavé péče

Coping strategies of individuals experienced joint custody

Štěpánka Janusová

Vedoucí práce: PhDr. Pavla Presslerová, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie a speciální pedagogika

2019

Odevzdáním této bakalářské práce na téma *Copingové strategie jedinců se zkušeností střídavé péče* potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucí práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 12. 7. 2019

Ráda bych na tomto místě poděkovala své vedoucí PhDr. Pavle Presslerové, Ph.D. za přínosnou a obohacující spolupráci. Umožnila mi zkoumat velmi zajímavé téma, zkušeně a empaticky mě vedla a vedle odborných připomínek nikdy nezapomněla přidat milá a povzbuzující slova.

Další dík patří respondentům, kteří se k nelehkému tématu postavili odvážně a dovolili mi nahlédnout do jejich dětství i současnosti. Bez Vás by byla psychologie pouhými teoriemi.

## **ABSTRAKT**

Tato práce propojuje téma střídavé péče po rozvodu rodičů a copingové strategie (neboli mechanismy zvládání zátěže).

Teoretická část se v první kapitole zabývá popisem dětských potřeb a jejich naplňování skrze funkce rodiny. Druhá kapitola zpracovává rozvod a porozvodové uspořádání péče o děti; popisuje legislativní ukotvení i praktickou realizaci výhradní péče matky či otce, společné péče a střídavé péče. Střídavá péče je pak analyzována z hlediska výhod a rizik. Třetí kapitola tematizuje zátěž, zvládání zátěže (coping) a specifika zvládání zátěže u dětí.

V empirické části je popsán realizovaný kvalitativní výzkum. V centru pozornosti byli dospělí jedinci, kteří jako nezletilí zažili střídavou péči. Prostřednictvím semistrukturovaných rozhovorů a diagnostické projektivní pomůcky Nedokončené věty od nich byly získány retrospektivní informace o realizaci střídavé péče, o pozitivních i negativních aspektech jejich tehdejšího života a o jejich dětských i dospělých mechanismech zvládání zátěže. Prostřednictvím obsahové analýzy u nich bylo identifikováno 6 oblastí copingu. Pro spokojenost se střídavou péčí se jako klíčová ukázala dobrovolnost vstupu do střídavé péče, kvalita komunikace a kompromisu mezi rodiči, flexibilita při organizaci střídavé péče a empatický přístup k dítěti. Z těchto zjištění pro praxi vyplývá doporučení neposuzovat porozvodovou situaci globálně, ale vždy individuálně zvážit osobnostní vyzrálost a frustrační toleranci všech zúčastněných. Dalším doporučením je podpora rozvoje copingových strategií u dětí.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

střídavá péče, coping, rozvod, zátěž, děti

## **ABSTRACT**

The thesis combines two topics: a joint (physical) custody and coping strategies.

In the theoretical part in chapter one, children needs and its saturation through the family functions are described. The second chapter presents the divorce and the after-divorce child-custody; a legislation, a sole custody of mother or father, a shared custody and a joint custody. Afterwards, the positives and negatives of joint custody are analysed. The third chapter defines stress, coping and childrens' coping.

The empirical part is based on the qualitative research. Main focus was on individuals who experienced joint custody as minors. The retrospective data about the realisation of joint custody, its positives and negatives and the individuals children and adult coping strategies was collected through prepared half-structured interview and a projective diagnostic instrument Uncomplete sentences. Six coping domains were discovered with the content analysis. The voluntariness of the joint custody, the quality of communication and compromise between parents, the flexibility of organisation and the empathy for children were found as crucial factors for childrens' well-being. The implications are following: after-divorce custody should not be assessed globally. On the contrary, personal maturity and frustration tolerance of the involved individuals should be taken into account. Finally, it is recommended to support and cultivate the childrens' coping strategies.

## **KEY WORDS**

joint (physical) custody, coping, divorce, stress, children

## Obsah

1	ÚVOD .....	8
2	TEORETICKÁ ČÁST.....	9
2.1	Funkce rodiny .....	9
2.1.1	Specifika dětských potřeb.....	9
2.1.2	Funkce rodiny a saturace potřeb .....	10
2.1.3	Rozvod jakožto ohrožení naplňování funkcí rodiny.....	12
2.2	Rozvod a porozvodové uspořádání.....	13
2.2.1	Formy péče o děti po rozvodu rodičů.....	14
2.2.2	Porovnání a shrnutí.....	25
2.3	Stres a jeho zvládání – coping .....	28
2.3.1	Teorie copingu.....	29
2.3.2	Vytváření systémů klasifikace copingu – výzkumy .....	31
2.3.3	Specifika copingu u dětí .....	38
3	EMPIRICKÁ ČÁST.....	40
3.1	Cíle výzkumu a výzkumné otázky .....	40
3.2	Metodologie .....	40
3.2.1	Výběr výzkumného souboru.....	41
3.2.2	Metody sběru dat .....	42
3.2.3	Sběr dat.....	43
3.3	Analýza dat .....	44
3.3.1	Organizace a realizace střídavé péče .....	45
3.3.2	Ambivalence střídavé péče.....	47
3.3.3	Vyrovňávání se s ambivalencí a zátěží.....	53
3.3.4	Rada pro rodiče a děti ve střídavé péči.....	58
3.3.5	Doplňková samostatná analýza Nedokončených vět.....	59
4	DISKUZE.....	60

5	ZÁVĚR.....	66
6	ZDROJE.....	69
7	SEZNAM PŘÍLOH .....	73

# 1 ÚVOD

Tato práce představuje propojení dvou témat: institut střídavé péče o děti po rozvodu rodičů a zvládání stresových situací (neboli tzv. copingové mechanismy). Zatímco teoretické i praktické zvládání stresu je v psychologii často zpracovávanou problematikou, střídavá péče představuje spíše okrajovou oblast, zvláště kvůli své multioborové podstatě. Ke spojení těchto dvou témat mě přivedla především má osobní zkušenost, jako nezletilá jsem totiž střídavou péčí po několik let absolvovala. Studium psychologie ve mně podnítilo zvědavost, jak na tuto problematiku pohlíží odborná obec. Překvapilo mě, kolik prostoru je věnováno tomu, jak dospělí experti popisují myšlení a prožívání dětí; a jak málo prostoru dostávají samotné děti. Rozhodla jsem se tedy dopřát zaslouženou pozornost právě dětem se zkušeností střídavé péče, které k tomuto stále poněkud kontroverznímu tématu také mají co sdělit.

Práce je rozdělena do dvou částí. V teoretické části jsou ve třech kapitolách popsány základní odborné poznatky o dané problematice. V první kapitole jsou představeny funkce rodiny a specifika dětských potřeb, jež má rodina naplňovat. Druhá kapitola se věnuje rozvodu manželství a důsledkům, které přináší; jsou zde popsány varianty následné péče o dítě spolu s jejich výhodami i riziky, přičemž zvláštní pozornost je věnována střídavé péči. Třetí kapitola pojednává o stresu a zátěži, jejich zvládání neboli copingu a možném třídění copingových kategorií.

Ve druhé části práce, empirické, bude prezentován realizovaný kvalitativní výzkum. Zamýšleným výsledkem byla sonda do dětské percepce střídavé péče, jejího retrospektivního hodnocení a také do způsobů zvládání zátěžových situací. K tomuto účelu byl sestaven semistrukturovaný rozhovor, který byl využit v kombinaci s projektivní metodou Nedokončené věty. Z etických a praktických důvodů jsem do výzkumu zapojila pouze dospělé respondenty, kteří měli se střídavou péčí několikaletou osobní zkušenost během svého dětství a dospívání.

Dále vysvětluji, proč byla ke zodpovězení výzkumných otázek zvolena kvalitativní metodologie, jak probíhalo získávání dat a jejich analýza. Na závěr jsou představeny a diskutovány výsledky analýzy a navržena doporučení pro praxi a další výzkum.



## 2 TEORETICKÁ ČÁST

### 2.1 Funkce rodiny

Pojem rodina lze vymezit ze spousty různých úhlů pohledu, vždy v závislosti na tom, v jakém oboru či podoboru se pohybujeme a jaké vlastnosti, funkce či procesy chceme akcentovat. V sociální psychologii nejčastěji narazíme na definici, která rodinu popisuje jako bio-psycho-sociální skupinu, vytvořenou ze dvou osob opačného pohlaví, mezi nimiž nejsou žádná blízká pokrevní příbuzenství, a z jejich dětí (Výrost & Slaměník, 1998). Tato poměrně holá definice pak může obohatena o funkce, které má správná rodina mít, či o potřeby, které má u jednotlivých členů (zejména dětí) naplňovat.

#### 2.1.1 Specifika dětských potřeb

Potřeby jsou nejdůležitějšími motivy v chování člověka. Definujeme je jako vnitřní pocit nedostatku, který nás pudí k jeho naplnění (Kohoutek, Ocetková & Štěpaník, 1998).

Oproti potřebám dospělého jedince jsou ty dětské o něco specifitější, zvláště ty psychické. Jejich naplňováním a deprivací (neboli dlouhodobým nedostatečným naplňováním) se u nás zabýval Zdeněk Matějček. „*Tak jako existují životně důležité potřeby biologické (potrava, teplo, ochrana před úrazem apod.), které musí být plně uspokojeny, aby malé dítě mohlo vůbec přežít, jsou tu i základní životně důležité potřeby psychické, které musí být náležitě a v pravý čas uspokojovány*“ (Matějček, 2003, s. 37).

První takovou potřebou je *určité množství, kvalita a proměnlivost vnějších podnětů*. Zatímco starší děti se schopností lokomoce si toto do určité míry zvládnou zajistit samy, kojenec je naprosto odkázán na svého pečovatele a na jeho empatické cítění, které mu umožňuje dítě podněty nepřetěžovat nebo naopak nedeprivovat. V naprostém extrému toto zažívají např. týrané děti, kterým je znemožněn či znesnadněn pohyb.

Dále dítě potřebuje, aby v těchto podnětech byla určitá *stálost, řád a smysl*. Matějček toto považuje za klíčové pro kognitivní rozvoj dítěte, bez naplnění této potřeby by si dítě nedokázalo své zážitky integrovat do zkušeností, a tedy se učit novým věcem. Extrémem v nerespektování této potřeby by pak byla např. chaotická výchova, kdy jeden čin je někdy chválen, někdy přísně potrestán.

Třetí potřeba akcentuje důležitost *vztahů k prvotním vychovatelům*. Těmi může být jakákoli milující osoba, která dítěti poskytuje pocit bezpečí, nemusí se nutně jednat o biologickou matku či otce. V případě, že jsou rodiče citově či fyzicky nedostupní, může tuto roli převzít jiný pečovatel.

Čtvrtou je potřeba *identity a společenské hodnoty*. Vztahuje se k rodině jakožto skupině, jejíž je dítě členem – toto členství mu propůjčuje určitou společenskou příslušnost, a tedy i prestiž (či naopak zahanbení). Absenci této identity mohou zvláště silně pociťovat ti, jenž od útlého věku vyrůstali v ústavní péči.

Jako poslední potřebu Matějček uvádí *otevřenou budoucnost neboli životní perspektivu*. Pro dítě to znamená naději, víru v to, že jeho blízcí s ním plánují společné dny, tudíž se budoucnosti nemusí strachovat.

Matějček tyto své poznatky o potřebách dětí vyvodil z pozorování deprivovaných jedinců, nejčastěji vytržených z původní biologické rodiny. Jak ale zdůrazňoval, různé formy deprivace nebo subdeprivace se nevyskytují pouze v ústavní výchově, ale jsou jimi postiženy i děti z naprosto obyčejných rodin, které nenaplňují své funkce.

### 2.1.2 Funkce rodiny a saturace potřeb

Potřeby jednotlivých členů rodiny jsou naplňovány prostřednictvím tzv. základních rodinných funkcí. V přístupech k jejich stanovení existuje mnoho rozdílů, ale převážná většina se shodne na těchto čtyřech stěžejních funkcích: biologicko-reprodukční, ekonomicko-materiální, socializačně-výchovná, emocionální (Výrost & Slaměník, 1998).

#### ***Funkce biologicko-reprodukční***

Tato funkce je naprosto elementární pro samotný vznik rodiny. Zplození dětí nebo jejich adopce je také nejčastějším důvodem k uzavírání manželství (Výrost & Slaměník, 1998). Mladá generace dále nepřenáší (pouze) genetickou informaci, ale i kulturu, zvyky, osobní či společenské hodnoty.

Pod tuto funkci bychom mohli zařadit občas zmiňovanou funkci ochrannou – aby dítě úspěšně dospělo, je třeba ho ochránit před různými život ohrožujícími nebezpečími (otrava, úraz), dokud je nedokáže samo zodpovědně a správně vyhodnotit.

### ***Funkce ekonomicko-materiální***

Tato funkce slouží k zajištění základních biologických potřeb dítěte. Rodiče mu musí zajistit dostatek kvalitního jídla, spánku, ošacení, tepla, bydlení hygienicky nezávadných podmínkách. Finanční zajištění rodičů se odráží i v socio-ekonomickém statutu dítěte, což s sebou pak nese důsledky pro vztahy např. s vrstevníky nebo rozvojové možnosti (navštěvování kroužků, možnost studovat vysokou školu).

### ***Funkce socializačně-výchovná***

V rodině dochází k tzv. primární socializaci. Dítě se učí základním sociálním dovednostem, hodnotám, morálce, zvykům, rituálům. Tato funkce tedy nese výrazný kulturní kontext. Jejím cílem je, aby se dítě zvládlo orientovat ve světě a být jeho funkční součástí. Partnerská dvojice rodičů představuje zmenšený model toho, jak v okolním světě fungují vztahy mezi lidmi, a dítě se zde leccos může naučit, ať už se jedná o návyky dobré a konstruktivní, nebo nefunkční a destruktivní.

Výchovné styly rodičů lze popsat různými typologiemi, nejčastěji se setkáme s popisem prostřednictvím osy autoritářská-nedirektivní a osy empatická-necitlivá. V Matějčkové shrnutí psychických potřeb dítěte (viz výše) zde nejsilněji rezonuje potřeba stálosti, řádu a smyslu. Je tedy důležité, aby rodič byl konzistentní ve svém přístupu a aby se oba rodiče dokázali shodnout i mezi sebou, jinak bude dítě zmatené a nejisté.

### ***Funkce emocionální***

Funkce emocionální (citová) se zaměřuje na uspokojení potřeb jako je pocit bezpečí a jistoty, potřeba lásky a sounáležitosti, potřeba respektu a uznání. Cílem je vybudování zdravé psychiky, získání pocitu vlastní hodnoty, sebeúcty a sebevědomí (Matějček, 2003). Nejsnadněji se tato funkce naplňuje v harmonickém domácím prostředí, kde je dítě přijímáno takové, jaké je, nejsou mu kladeny „podmínky rodičovské lásky“ (např. stereotypní: „Nikdo nemá rád ubulené kluky!“) a ví, že je rodiči milováno, i když zlobí. Jen s velkými obtížemi se naplňuje tam, kde rodiče nejsou v přístupu k dítěti empatičtí, dávají mu skrytě či otevřeně najevo svůj nezájem nebo ho dokonce týrají a zneužívají.

Panují rozdílné názory v tom, zda tuto funkci může zastoupit i někdo jiný, než právě člen rodiny – např. pečující chůva, vychovatel ve školce, učitel. Jisté ale je, že existují určitá kritická období, během kterých má deprivace v této oblasti daleko více devastující důsledky; většinou se v této souvislosti hovoří o důležitosti tzv. attachmentu (neboli navázání blízkého citového vztahu, který poskytuje dítěti pocit jistoty a dobrého světa), jehož velká část probíhá v útlém věku kojence do 6 měsíců věku (Atkinson, 2003).

### 2.1.3 Rozvod jakožto ohrožení naplňování funkcí rodiny

S rozvodem manželství přichází řada změn a problémů, které způsobují, že je obtížnější naplňovat funkce rodiny. Rodiče se cítí být ve stresu, rozvod jim bere mnoho energie, kterou pak nemohou věnovat dětem nebo vedení domácnosti, jak bylo dříve zvykem.

V oblasti emočně-citové funkce rodiny nastává velmi významný zvrat. Rodina po rozvodu, ať již zvolí jakoukoli formu péče o děti, dává dítěti spoustu důvodů pochybovat o své vlastní hodnotě, o lásce rodičů, o dobré budoucnosti. I když vše probíhá smírně (což bohužel nebývá častý scénář), všichni účastníci rozvodu jsou emočně otřeseni a ve stresu, potřebují tedy více péče a trpělivosti. Potřebné pozornosti se jim ale v dostatečné míře nedostává. Rodiče bilancují svůj dosavadní život, často by sami potřebovali odbornou pomoc či podporu, tím pádem jim nezbývá kapacita pro emoční potřeby dítěte (Warshak, 1996). Zvláště mladší děti potřebují, aby je rozvodem někdo provedl a pomohl jim ventilovat a zpracovat emoce, kterým třeba ani nerozumí (smutek, strach, nejistota, úzkost, vztek, bolest, zahanbení, vina). Potřeby bezpečí, jistoty, lásky a sounáležitosti jsou často deprivovány.

Nedostatek energie a času, který by rodiče věnovali dětem, má nejsnáze pozorovatelné důsledky v oblasti funkce socializačně-výchovné. Okolí dítěte si může všimnout zhoršení chování, špatné ovládání impulzivity, zhoršení školního prospěchu, dokonce nárůstu rizikového chování (Warshak, 1996). Tyto projevy mohou mít různé příčiny, nejčastěji se ale jedná jednoduše o omezení kontaktu a rodičova výchovného působení. Rodič tráví více času v práci, protože je teď náročnější uživit dítě; jeden rodič dobrovolně či nedobrovolně přerušil s dítětem veškerý styk; nebo se dítěti „povolují otěže“ jako kompenzace bolesti, kterou zažívá. V posledním případě se jedná o tragické nepochopení toho, že nastavené hranice nejsou pro dítě přítěží, ale naopak mu pomáhají zachovat si kontinuálnost svých

zážitků a zkušeností – svět po rozvodu může být podobný tomu před rozvodem. Čím více velkých či malých změn se objeví v životě dítěte, tím více úsilí vynakládá na adaptaci; čímž stoupá i riziko, že se u něj objeví výchovné problémy.

Poměrně markantně se změny projevují také v plnění materiální funkce. Socioekonomický status všech zúčastněných, dospělých i dětí, se po rozvodu v naprosté většině případů snižuje, neboť udržovat dvě domácnosti je finančně náročnější. V situaci, kdy jsou děti svěřeny do výhradní péče pouze jednoho z rodičů, je pak zhoršení ještě znatelnější, a to i v případě, že druhý rodič poctivě platí peněžní příspěvky na děti nařízené soudem (tzv. alimenty). Děti tento pokles vnímají s různou intenzitou, velmi zde záleží na tom, jakým způsobem změnu snášejí rodiče (Warshak, 1996).

## **2.2 Rozvod a porozvodové uspořádání**

Do 31. 12. 2013 právní skutečnosti ohledně manželství, rozvodu a péče o děti byly zakotveny v zákonu č. 94/1963 Sb., neboli Zákonu o rodině. Nahradil ho zákon č. 89/2012 Sb., neboli Občanský zákoník, jenž definuje manželství jako *„trvalý svazek muže a ženy vzniklý způsobem, který stanoví tento zákon. Hlavním účelem manželství je založení rodiny, řádná výchova dětí a vzájemná podpora a pomoc“* (§655, odst. 1). §687, odst. 1 dále upřesňuje, že manželé mají rovné povinnosti a rovná práva; z oněch povinností vyzvedneme pro nás klíčové udržování rodinného společenství, vytváření zdravého rodinného prostředí a společnou péči o děti.

V případě, že manželství nenaplnuje své funkce, lze jej zrušit rozvodem. Ten je ale složitější než uzavření manželství a může se táhnout dlouhé měsíce. Důležitou změnou, kterou již zmíněný Občanský zákoník přinesl, je nutnost dohodnout se o uspořádání poměrů dítěte po dobu po rozvodu – a to před samotným rozhodnutím o rozvodu manželství, které vydává soud (Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník).

Ideálním případem v řešení porozvodové péče o děti je samozřejmě oboustranně přijatelná dohoda. Tato dohoda vychází z přání a potřeb obou rodičů, kteří spolu zplodili jedno či více dětí; v praxi spolu tato přání ale často nekorespondují a je třeba dosáhnout více či méně příjemného kompromisu, jinak musí zasáhnout soud. Ač existují i rodiče, kteří se péče a kontaktu se svými dětmi vzdají v celém rozsahu a souhlasí s tím, že své potomky

budou nadále podporovat pouze platbou výživného (tzv. alimenty), většinou se děje pravý opak a rozpoutává se boj o to, jak bude porozvodová péče vypadat.

### 2.2.1 Formy péče o děti po rozvodu rodičů

Různé formy péče o děti po rozvodu manželství s sebou přinášejí rodičům rozdílná práva a povinnosti. Jedná se např. o to, jak často se rodič smí s dítětem vídat, jakým způsobem smí zasahovat do jeho výchovy, jakým způsobem bude participovat na jeho hmotném zajištění. Důležitým faktem totiž je, že ačkoli rozvodem zaniká manželství, rodičovství trvá (Matějček & Dytrych, 1992). Určitá práva a povinnosti tedy nikdo rodičům upřít nemůže (samozřejmě s výjimkou případů, kdy došlo např. ke zneužití či týrání dítěte); porozvodové uspořádání spíše určí, v jaké podobě a rozsahu budou tato práva uplatňována a povinnosti dodržovány (Fetter, 2011).

V České republice se setkáme se třemi typy porozvodové péče o děti, které se výrazně liší svou četností: svěřením do výhradní péče jednoho rodiče, střídavá péče obou rodičů a společná péče obou rodičů. Svou roli v tomto nerovném rozdělení hrají společenské hodnoty, určité stereotypy i historické pojetí výchovy dětí.

V evropském kontextu zběžně nahlédneme do antického Říma, kde byly děti majetkem otce, který s nimi mohl nakládat čistě podle své vůle, třeba je i prodat do otroctví nebo zabít. Matka měla roli chůvy, která na děti neměla po rozvodu žádný nárok. Tato právní převaha otců přetrvávala v západní evropsko-americké kultuře velmi dlouho, přičemž zlom nastal až v 19. století. Soud při svěřování dětí začal zohledňovat mimo jiné i morální vyspělost – např. byl-li otec ateista, měl menší šanci, že dítě získá do své péče, neboť pro něj nebyl dostatečným morálním vzorem.

Další zlomovou změnou bylo, že společnost se začala domnívat, že zvláště malé děti mají potřeby, které jsou natolik specifické, že jen mateřská péče je dokáže naplnit. Docházelo tedy ke zvláštním proměnám v životě dítěte – nejprve bylo po rozvodu v péči matky (zvláště dokud bylo ještě kojeno), po dosažení určitého věku přecházelo do péče otce, který ho údajně měl lépe připravit pro samostatný život (Warshak, 1996).

Věková hranice dítěte, která by určovala vhodnost výchovy matkou či otcem, se ale začala posunovat stále výše, až dosáhla zletilosti. Matka se tak stala společensky uznávanou primární vychovatelkou a pečovatelkou a získala tedy přednostní právo na péči dětí.

Warshak (1996) tento zlom nazývá momentem vzniku „kultu mateřství“, který přetrvává do dnešních dnů, a považuje ho za příčinu toho, že 9 z 10 dětí po rozvodu zůstává v péči matky, ačkoli někteří otcové úporně bojují alespoň o dosažení střídavé péče. Od tohoto prohlášení již uplynulo více než 20 let a poměr dětí svěřených do výhradní péče matky, otce či střídavé péče se změnil (viz statistiku níže). Současný trend ukazuje mírný odklon od trendu mateřství v podobě, v jaké ho popisuje Warshak, a otcové mají větší šanci zapojit se do výchovy potomka.

Před samotným rozvodem, jak bylo již zmíněno výše, je nejprve třeba mít soudem stvrzeno, jakým způsobem budou rodiče nadále o dítě pečovat. Pakliže se rodiče na tomto shodnou, jejich dohodu soud jednoduše schválí. Pokud se neshodnou, soud začne přezkoumávat okolnosti a skutečnosti v životě obou rodičů i dítěte a následně se rozhodne pro jednu z níže uvedených forem péče.

### ***Výhradní péče matky***

Jedná se o nejčastější typ péče o dítě po rozvodu rodičů. Podle statistik Ministerstva spravedlnosti soud pro rok 2016 bylo dítě po rozvodu svěřeno do výhradní péče matky v 18 243 případech, což činí zaokrouhleně 76,3 % (Ministerstvo spravedlnosti, 2017). Svou roli zde pravděpodobně stále sehrává již zmíněný „kult mateřství“, který matky u soudu zvýhodňuje a muže naopak diskriminuje (Warshak, 1996).

„Výhradní péče“ je pojem, který je často mylně chápán jako omezení práv druhého rodiče podílet se na výchově. Ve skutečnosti se zde jedná pouze o to, kdo rozhoduje o běžných denních povinnostech dítěte; na všech větších rozhodnutích se může podílet i druhý rodič, který se o dítě sice nestará na denní bázi, ale má zájem zasahovat do jeho výchovy a připravovat ho pro život. Těmito důležitějšími záležitostmi se myslí např. výrazný zdravotní zákrok, rozhodování o místě, kde bude dítě bydlet, kam bude chodit do školy, na jaké povolání se bude připravovat (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015). Druhý rodič má také právo na informace o tom, jaké důležité věci se dějí v životě dítěte.

Nejvíce rozšířenou praxí jsou případy, kdy má matka dítě v péči a otec má právo se s ním vídat jednou za 14 dní o víkendu, případně o prázdninách či třeba na jeho narozeniny. V tu dobu má samozřejmě na starosti i péči o běžné povinnosti dítěte, např. dohlédnout, aby si napsalo domácí úkoly.

Otec i dítě ale tento čas většinou netráví plněním (často pro dítě nepřitažlivých a nepříjemných) povinností, zvláště otcové referují o tom, že si čas s dítětem chtějí co nejvíce užít, protože se pro ně stal velmi vzácným (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015). Sami tím ale paradoxně oslabují svou rodičovskou pozici – už nejsou výchovnou postavou, ale poskytovatelem zábavy, se kterým se leckterá matčina pravidla mohou porušovat. Otec se tak chová podobně, jako je to typické pro prarodiče. Mezi dalšími motivy pro rozmazlování dítěte může být i strach, že pokud pro dítě nebude společně strávený čas dostatečně lákavý, přestane o něj projevovat zájem.

Rozmazlování dítěte a nedodržování nastavených pravidel (a nemusí k němu docházet jen ze strany otce) je jen jedním z mnoha důvodů, proč se rodiče dítěte hádají i po rozvodu. Mezi další příčiny konfliktů patří např. neplacení výživného, zpožděné nebo nedostatečně vysoké výživné, neshody ohledně dalšího směřování života dítěte a ve velké míře také nedodržování dohodnutých návštěv otce. Pokud se rodiče obávají, že jejich bývalý partner nebude dodržovat ujednání ohledně hodiny příjezdu a odjezdu dítěte zpět do místa trvalého bydliště, může ho upravit soud; také může i specifikovat, na jakém místě bude probíhat „předání“ dítěte nebo i samotné schůzky, což v případě vyhrocených konfliktů mezi rodiči může být např. sídlo místní neziskové organizace zaměřené na péči o děti (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Jak bylo zmíněno výše, výhradní péče by teoreticky měla zachovat druhému rodiči, v tomto případě otci, možnost podílet se na výchově a dostávat o něm pravidelné zprávy. Prakticky se ovšem otcové cítí o tato svá práva ochuzeni, neboť s nimi matka nekonzultuje takřka nic, o dítěti zprávy nedostávají či je jim přímo bráněno v oprávněném styku s dětmi. Matky tak činí prostřednictvím více či méně průhledných výmluv (dítě je nemocné, odjelo za kamarádem, k babičce atp.); vědí, že otcové nemají prostředky k obraně. Zvláštní kapitolou je pak samotné porušování práv samotného dítěte na kontakt s rodičem. Ač je povinnost umožnit styk a dítě na něj připravit<sup>1</sup> ukotvena v zákoně<sup>2</sup>, reálně je vymahatelnost takřka nulová. Otcové sami se mohou setkat s radami od právníků i psychologů, ať se tím

---

<sup>1</sup> Z. č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, §888: „Rodič, který má dítě v péči, je povinen dítě na styk s druhým rodičem řádně připravit, styk dítěte s druhým rodičem řádně umožnit a při výkonu práva osobního styku s dítětem v potřebném rozsahu s druhým rodičem spolupracovat.“

<sup>2</sup> Z. č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, §889: „Brání-li rodič, který má dítě v péči, bezdůvodně trvale či opakovaně druhému rodiči ve styku s dítětem, je takové chování důvodem pro nové rozhodnutí soudu o tom, který z rodičů má mít dítě ve své péči.“



raději nezabývají, protože budou jen zbytečně utrácet (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015). Není tomu tak, že by justice nechala odstrčené otce zcela bezbranné, určitými prostředky disponuje – např. finanční pokuta, nové řízení ve věci svěření dítěte do péče – podle Nováka se ale k těmto krokům přistupuje jen výjimečně a většina otců odchází od soudu bez úspěchu (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Dlužno doplnit i informaci, že jistá část otců o kontakt se svými dětmi nestojí. Návštěvy s dětmi domluví, ale dorazí pozdě nebo vůbec. Zvláště pokud se tito rodiče dříve příliš nepodíleli na péči o dítě a netrávili s ním volný čas, tak ani nevědí, jak se s dítětem mají zabavit, o čem si povídat. Nezájem rodiče se hluboce podepisuje v psychice dítěte (Warshak, 1996).

V dnešní době rozmachu výpočetní techniky a komunikačních technologií je také možné zůstat s dítětem v kontaktu i prostřednictvím telefonních hovorů, SMS zpráv, videohovorů. I v tomto případě soud může upravit čas, trvání a intenzitu takového kontaktu; matka pak nemá žádné právo tomuto styku bránit (Novák, Corradiniová, & Vypušťák, 2015).

Zatímco výše nastíněné problémy nemůžeme generalizovat, protože nemáme k dispozici potřebné statistiky z našeho regionu, následující obtíže potkají naprostou většinu rozvedených matek s dítětem ve své výlučné péči. Jak bylo již uvedeno v předchozí kapitole, po rozvodu se snižuje socioekonomický status všech zúčastněných, neboť musí udržívat v chodu dvě domácnosti, což je finančně náročnější. Ženy zde mají větší obtíže než muži, neboť jejich mzdy jsou nižší. Podle dat Českého statistického úřadu pro rok 2016 ženy v České republice pobírají v průměru 25 tisíc, muži přibližně o 7 tisíc více („Ženy a muži v datech: Práce a mzdy“, 2017).

Velká část matek po rozvodu má obtíže způsobené tím, že výživné od bývalého manžela buď nestačí, je placeno se zpožděním nebo není placeno vůbec; např. mezi lednem 2017 a lednem 2018 Policie ČR řešila 9694 případů zanedbání povinné výživy („Mapa kriminality“, 2018). Druhým extrémem jsou pak matky, které požadují tak vysoké výživné, že se otec ocitá v existenční krizi. Finance jsou tak i silným manipulačním prostředkem – matky deklarují svou mocenskou převahu výhrůžkami, že pokud otec nebude platit, nemá nárok děti vídat (Warshak, 1996; Novák, 2013; Novák, Corradiniová, & Vypušťák, 2015). Legislativně tato výhrůžka není podložena: na otce může být uvalena exekuce či může být uplatněno nepodmíněné odnětí svobody (při opakovaném neplacení a prokázaném úmyslu dokonce až na 5 let), ale jeho rodičovská práva nejsou tímto ovlivněna (Fetter, 2011). Ke

zrušení tzv. rodičovské zodpovědnosti soud přikračuje pouze ve dvou případech: zneužití rodičovské zodpovědnosti (např. svádění k trestné činnosti) nebo výrazné zanedbání rodičovské zodpovědnosti (zde musí být krom neplnění výživné povinnosti přítomný i nezájem o dítě a jeho výchovu, případně další negativní jevy). Toto opatření musí být prokazatelně v zájmu dítěte. Omezením rodičovské zodpovědnosti totiž vyživovací povinnost nezaniká; finanční potíže s neplaticím rodičem tedy tímto nekončí.

Další nemalou obtíží je značné vypětí rodiče s výhradní péčí. Nutnost rozhodovat o běžných denních věcech se časem může ukázat jako velké břímě, které se podepisuje na matce v podobě únavy, přecitlivělosti a neempatického chování vůči dítěti. Pakliže nemá matka nového partnera, který by jí byl oporou, stává se psychicky oslabenější, má menší frustrační toleranci a veškeré výchovné problémy dítěte řeší jen s velkým sebezapřením (Warshak, 1996).

Kritici výhradní péče matky také uvádějí, že jak chlapci, tak dívky ve svém životě potřebují mužský vzor, protože je pro ně klíčový v rozvoji sebeúcty a vztahů k mužským postavám. Větší pozornosti se zde dostává chlapcům vyrůstajícím bez pravidelné denní péče otce, u kterých se poruchy chování nebo rizikové chování objevuje častěji než u chlapců vychovávaných mužskou osobou, se kterou se mohli ztotožnit (Warshak, 1996; Novák, 2013). Do jisté míry může otcovu roli zastoupit nový partner matky; ale stále tu zůstává skutečnost, kterou si dítě dobře uvědomuje – když o něj jeho vlastní otec nestojí, musí pro to být nějaký důvod. Děti si pak tento rodičovský nezájem mohou vysvětlit jako výsledek svého vlastního provinění, zcela imaginárního či reálného, rozsahem však zcela neodpovídajícího výslednému opomíjení (Warshak, 1996).

### ***Výhradní péče otce***

V České republice je méně častou variantou. Zajímavé je, že při porovnání dat z roku 2011 a 2016 nevidíme takřka žádný rozdíl – v obou případech soud přiřkl dítě otci do výhradní péče v 7 % případů (Ministerstvo spravedlnosti, 2017).

Výhradní péče otce je u nás podobně neobvyklým jevem jako muž na rodičovské dovolené. Společnost se „kultu mateřství“ vzdává jen velmi pozvolna, nicméně jisté změny zaznamenat lze. Už Matějček (2003) zdůrazňoval, že muž je pro rodičovskou výchovu vybaven stejně dobře jako žena; s pouze drobným rozdílem toho, že jeho tělo není schopno

kojit novorozence. Jinak ale otcové v interakci se svými dětmi volí převážně projevy přiměřené a vhodné, jak se prokázalo i v mnoha výzkumech.

Otcové v pozici „hlavního rodiče“ čelí dosti specifickým problémům. Oproti matkám se totiž nemohou příliš spolehnout na pochopení a podporu společnosti. Zvláště obtížné situace mohou nastat v zaměstnání, protože od mužů se očekává, že práce pro ně bude prioritou; v krizových situacích, např. při nemoci dítěte, ale není vždy možné, aby dítě ohlídal někdo jiný než právě otec (Warshak, 1996).

Další nepříjemností pro otce je projevovaná nedůvěra okolí ohledně zajišťování potřeb dítěte. Muži jsou ještě stále viděni jako většinově neschopní řádně vést sami domácnost; např. od Orgánu sociálně-právní ochrany dětí (dále jen OSPOD) se mohou dočkat dotazů na to, zda ví, jak zapnout pračku, jaká strava je vhodná pro dítě určitého věku, jak často dodržovat určité hygienické návyky. Tyto dotazy jasně dokazují, že muži jsou oproti ženám diskriminováni, jelikož matek se na takovéto věci při soudním řízení nikdo neptá (Warshak, 1996; Novák, 2013; Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Koncept maskulinity a feminity je v západní společnosti stále zakořeněn velmi silně. Muži bývají považováni za primárně racionální, ženy za primárně emoční jedince. Při svěřování dětí do péče se tedy objevuje i argument, že otcové nejsou schopni naplnit emoční potřeby dítěte tak dobře a přirozeně jako matka. Warshak (1996) je toho názoru, že do určité míry to pravděpodobně bude pravda, ale jen z toho důvodu, že chlapci nejsou vedeni k emoční diferenciaci a empatii tak systematicky jako dívky. V manželství pak emoční výchovu mohou ponechat na matce, protože je to tak jednodušší. Pokud ale posléze zůstanou sami s dítětem ve výhradní péči, mají tendenci se v této oblasti postupně zdokonalovat. Nemůže se tak jednat pro argument proti výhradní péči otce.

### ***Společná péče***

Společná péče je institut, který se vyskytuje jen ve skutečně minimálním procentu případů. Ministerstvo spravedlnosti ČR ho považuje za tak okrajovou záležitost, že pro něj nejsou vedeny samostatné statistiky, neznáme tedy přesná čísla.

Důvodem, proč se tomuto typu péče věnuje tak málo pozornosti, je nutnost skutečně výjimečných okolností. Soud, jak víme, musí při určení péče o nezletilého rozhodnout tak, aby to bylo v jeho nejlepším zájmu. Společná péče je realizovatelná, pouze pokud oba rodiče

bydlí velmi blízko (myšleno ve stejném domě či panelovém bloku). Není zde určeno žádné výživné ani přesná doba pobytu u jednotlivých rodičů – vše je ponecháno na jejich ústní dohodě (Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Společná péče je vhodná v případech, kdy se rodiče chtějí rozvést, ale např. z ekonomických důvodů nemohou či nechtějí odejít ze společného bytu. Reálně se tedy o dítě starají jako doposud, pouze z právního hlediska již nejsou manželé.

### ***Střídavá péče***

Střídavá péče obou rodičů je momentálně trendem na vzestupu. Dokládají to data z let 2011, kdy byli nezletilí svěřeni do střídavé péče v 7,8 % případů, a 2016, kdy se jednalo o víc jak dvojnásobek – 16,3 % případů (Ministerstvo spravedlnosti, 2017). Při interpretaci dat je třeba mít na paměti, že při vytváření statistik Ministerstvo spravedlnosti do stejné skupiny zahrnuje i případy výše zmíněné společné péče o děti, reálně se tedy jedná o nepatrně menší hodnoty. Podle Vohlídalové (2014) jsou v praxi čísla naopak o něco vyšší, předpokládá totiž, že k realizaci střídavé péče dochází i jen na základě ústní dohody rodičů bez asistence soudního rozhodnutí.

Tento typ péče je výsledkem snahy o zachování plnohodnotných vazeb dítěte s rodiči a jejich výchovného působení na dítě. Vychází z předpokladu, že při výhradní péči jednoho rodiče a pravidelných návštěvách rodiče druhého jsou porušována práva dítěte na smysluplný kontakt s oběma rodiči; smysluplným kontaktem je zde míněno sdílení každodenních obyčejných radostí, starostí a povinností (např. klidná ranní snídaně, společná příprava do školy, starání se o domácnost, ukládání ke spánku). Kontakty s „rodičem návštěvníkem“ jsou spíše symbolické a sami rodiče referují o tom, že je nemožné takto pokračovat ve výchovném působení na dítě (Warshak, 1996; Novák, 2013; Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Český výraz „střídavá péče“ je poněkud výstižnější a názorněji popisuje, oč přesně se jedná, než jeho anglický předchůdce „*joint (physical) custody*“ (jehož bychom přeložili jako „sdílená péče“ či „sdílená fyzická péče“). Oba rodiče se v péči o dítě střídají v předem dohodnutých intervalech, a to na základě jejich vlastní dohody potvrzené soudem, nebo na základě čistě soudního rozhodnutí. Tyto intervaly bývají různě dlouhé – od několika dnů po kalendářní měsíc – podle individuálních okolností. Střídání v kratším intervalu je možné

tam, kde rodiče bydlí blízko sebe; s rostoucí vzdáleností bydlišť je logicky náročnější i přeprava. Dalším faktorem v rozhodování ohledně délky pobytu je také věk dítěte. Obecně se má za to, že čím mladší dítě, tím hůř snáší dlouhodobé odloučení (Matějček & Dytrych, 1992); zvláště skandinávská literatura ale ukazuje, že věk má spíše takovou váhu, jakou mu přisuzují sami dospělí a dítě se zvládá adaptovat dobře dokonce i při střídavé péči před dosažením 1. roku věku (Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson, 2019). Pravděpodobně nejčastější a nejdoporučovanější variantou v české praxi je podle Nováka (2013) střídání po týdnu.

Teoreticky proveditelné jsou pak dvě varianty střídavé péče o dítě. První je případ, kdy každý z rodičů bydlí ve vlastním bytě a dítě se v určeném intervalu přesunuje mezi těmito dvěma body. Druhým případem je pak existence tří takových bodů – byt prvního rodiče, byt druhého rodiče a byt dítěte, ve kterém se tyto rodiče střídají. Nutno dodat, že tato varianta bývá až nepřiměřeně idealizována a v praxi je pro naprostou většinu rodin nerealizovatelná, ať už z důvodů velké finanční náročnosti tohoto dlouhodobého projektu, tak z důvodu neshod mezi bývalými manželi ohledně péče o samotný byt (Novák, 2013; Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015).

Mezi jeden z častých mýtů ohledně střídavé péče patří, že střídání musí probíhat v totožných intervalech. Jsou však známy i případy, kdy čas strávený s oběma rodiči není 50 ku 50, ale třeba 60 ku 40 nebo i 70 ku 30. Poslední zmíněný případ už může připomínat více výhradní péči s rozšířenou působností druhého rodiče, ale není tomu tak. Klíčový pro určení typu péče je zde jen a pouze rozsudek soudu. Podobně jako při výše uvedené výhradní péči jsou samozřejmě možné různé úpravy na základě momentálních okolností, pakliže jsou rodiče schopni se shodnout: nejvýstižnějším příkladem jsou narozeninové oslavy či jiné sváteční dny, kdy oba rodiče touží po setkání se svým potomkem (Novák, 2013). Flexibilní reagování na aktuální podmínky (např. v případě nemoci rodiče, který má mít dítě zrovna v péči, nebo již zmíněné svátky) je znakem vysoké osobnostní vyzrálosti obou bývalých manželů. Rigidita v tomto jednání bývá zpravidla ke škodě, a to zvláště dítěti.

Výživné na dítě bývá stanoveno oběma rodičům v závislosti na jejich příjmu; cílem je vyrovnat majetkové rozdíly mezi oběma domácnostmi, ve kterých se dítě bude pohybovat. Výjimečné výdaje (např. školní výlet do zahraničí, koupení jízdního kola, zimního oblečení apod.) by měly být řešeny podobně jako výše zmíněné výživné a jejich placení tedy neleží výhradně na bedrech toho rodiče, u nějž pobývá dítě v době nákupu (Novák, 2013;

Vohlídalová, 2014). Kolektiv Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson (2019, s. 9) uvádí jako příklad citaci jedné z respondentek: „*On koupí zimní oblečení a já koupím boty.*“

Při rozhodování o střídavé péči je (nejen) pro soud důležitý věk dítěte. Kojenec do střídavé péče s největší pravděpodobností svěřen nebude, batole do 3 let věku jen velmi zřídka; raný věk je naší společností stále ještě považován za doménu matky (Hejtmánková, 2012; Španková, 2017; Vovsová, 2018). Docházkou do prvního nedomáčího prostředí, mateřské školky, jako by tato výhradnost žen byla narušena a dostalo se i na muže. Předškolní dítě ve střídavé péči může být zapsáno do dvou mateřských škol, pakliže je to v jeho zájmu (např. nalézá-li se bydliště obou rodičů daleko od sebe a dojíždění do jedné instituce by bylo pro dítě zbytečně zátěžové). Dále i dítě školou povinné může být podle zákona zapsáno do dvou rozdílných základních škol, vyžadují-li to okolnosti. Ředitelé těchto institucí jsou pak povinni spolu komunikovat ohledně učebního plánu a prospěchu dítěte, závěrečné vysvědčení vydává jen jedna ze škol (Novák, 2013).

Na tomto místě je nutno podotknout, že faktor věku nehraje v jiných zemích stejnou roli jako v České republice. Zejména vydáme-li se na západ, zjistíme značné odlišnosti od tuzemských praktik. Specifickým regionem je pak Skandinávie, kde je střídavá péče brána jakožto první možnost po rozvodu nehledě na věk dětí.

V českém prostředí působí možná až nepřírozeně studie od kolektivu Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson (2019), která se věnuje vzájemné spolupráci rodičů, kteří mají ve střídavé péči dítě mezi 1. a 4. rokem věku. Výzkumný vzorek pro takovou studii by se v tuzemsku hledal jen velmi obtížně, neboť jak již bylo vysvětleno výše, kojenecký a batolecí věk bývá vyhrazen matkám; zatímco u švédských dětí je střídavá péče praktikována ve více jak polovině případů. Jak ale kolektiv autorů ve své studii uvádí, jsou si vědomi toho, že jejich společnost nahlíží na rodičovské role poněkud odlišně a jejich závěry tedy nejsou zobecnitelné. Právě výzkumy jako je tento by mohly trend „snižování věku dětí ve střídavé péči“ urychlit i v jiných zemích, neboť jeho škodlivost vedená kultem mateřství je pouze anticipována, nikoli prokázána (Pavlát, 2010). Naopak také ale již zmíněný výzkum uvádí, že ač rodiče u svých dětí bedlivě sledují možné projevy nespokojenosti či patologie, většinou žádné nenalézají a vidí tedy střídavou péči jako to nejlepší, co pro své potomky mohou udělat. Nutno ale dodat, že míra kooperace a intenzita komunikace mezi exmanželi se jeví jako výrazně vyšší, než jak tomu bývá v českých výzkumech (Vohlídalová, 2014; Španková, 2017; Vovsová 2018). Číselně vyjádřeno: průměrně 72 % rodičů se na střídavé

péči shodlo, dalších 16 % souhlasilo po mediaci s odborníkem a pouze 12 % bylo určeno soudně bez předchozí dohody (Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson, 2019).

Při soudním rozhodování také hraje roli to, jaké je vzdělání rodičů, zda jsou rodiče zaměstnaní, jaký je jejich životní styl (ve smyslu např. konzumace návykových látek či dlouhodobého onemocnění), jak vzdálená jsou jejich (plánovaná) bydliště. Oproti historickému pohledu, kdy byla primární výše výdělku, což zvýhodňovalo otce, dnes se klade důraz na pečovatelskou roli. Pakliže otec s dítětem navázal dobrý vztah, zajímá se o něj, tráví s ním čas zábavou i plněním povinností, má mnohem větší šanci střídavou péči u soudu prosadit (Novák, 2013).

U jednotlivých studií zabývajících se střídavou péčí jsou znatelné i rozdíly v zaměření, rozebírány jsou sociologické, právní, psychologické i pedagogické pohledy. Zvláštní místo mezi českými studiemi má práce Vohlídalové (2014), která se zabývala faktorem genderu. Pro praxi může být přínosný např. poznatek o rozdílu mezi rodičovskými páry s ústně dohodnutou vs. soudně nařízenou střídavou péčí: zatímco v prvním případě si matky drží pozici primární pečovatelky a jejich bývalí manželé se jim spíše přizpůsobují, ve druhém případě mají otcové jasně vymezený prostor, který si nenechají matkou ovlivňovat.

Detailní popis komplexity výhod a rizik střídavé péče již vystačil mnoha autorům na samostatné publikace, ty nejčastěji zmiňované a zároveň doložené jsou shrnuty níže v tabulce 1 (Warshak, 1996; Novák, 2013; Vohlídalová, 2014; Španková, 2017; Andreasson & Johansson, 2019; Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson, 2019).

*Tabulka 1: Výhody a rizika střídavé péče*

#### **VÝHODY**

- 1) Zachování plnohodnotného a důstojného vztahu mezi dítětem a oběma rodiči, včetně širšího příbuzenského okolí. Oba rodiče mají šanci své dítě skutečně vychovávat, nejen navštěvovat.
- 2) Dítěti je ponechána možnost identifikovat se s oběma rodiči. Při svěřením do péče jednomu z nich je implicitně ten druhý postaven do role méněcenného rodiče, což nutně ovlivňuje identitu dítěte.
- 3) Eliminace pocitů viny dítěte. Ty mohou souviset se sebeobviňováním z toho, že zavinilo rozvod, že jeden z rodičů teď zůstane většinu času osamocený a smutný apod.
- 4) Předcházení syndromu vyhoření u rodiče a možnost zapojovat se více do společenského života, věnovat se sebezvoji atd.; vyskytuje se více u mužů, zatímco ženy se cítí spíš provinile, když

jím je dočasně odebrána role matky. Obecně ale rodiče s výhradní péčí pociťují mnohem větší tíhu zodpovědnosti než rodiče s dítětem ve střídavé péči.

- 5) Finančně se jedná o funkčnější řešení než výhradní péče. Kdo si myslí, že se střídavou péčí ušetří na placení alimentů, bude brzy překvapen tím, kolik reálně za péči o dítě musí utratit.

## **RIZIKA**

- 1) Střídavá péče vyžaduje určitou osobnostní vyzrálost rodičů, ochotu dosahovat kompromisů, dobrou frustrační toleranci všech zúčastněných. Není lehké pravidelně komunikovat s bývalým manželem/manželkou; ani není lehké být dítětem, které je toho svědkem.
- 2) Není vhodná v případě, že jeden či oba rodiče vykazují egoistické či manipulativní rysy – způsobů zneužití střídavé péče rodičem je mnoho. Soud sice může o střídavé péči rozhodnout bez souhlasu obou rodičů, ovšem v praxi to může napáchat hodně škody. Nejvíce zátěže pak padá na dítě.
- 3) Pakliže mezi rodiči nefunguje konstruktivní komunikace a alespoň částečně jednotnost ve výchově, dítě může této situace snadno zneužívat a dospělé manipulovat.
- 4) Organizačně je střídavá péče náročnější než výhradní péče jednoho rodiče, je zapotřebí neustálého plánování, určité flexibility a ochoty obou rodičů.
- 5) Při špatném nastavení organizačních záležitostí je dítě neúměrně zatíženo (velká vzdálenost mezi bydlišti, studium na dvou školních institucích apod.).

Střídavé péči bývá připisována celá řada dalších nevýhod. Její odpůrci ale často neberou v potaz, že zmiňované potíže se nedají dát do souvislosti čistě s tímto typem péče; vyskytují se i u výhradní péče a v dysfunkčních rodinách. Zastavme se tedy u veřejností nejčastěji citovaných (Novák, 2013; Vohlídalová, 2014; Novák, Corradiniová, & Vypušťák, 2015; Andreasson & Johansson, 2019; Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson, 2019).

### *A) Dítě nebude mít nikde domov. Přijde o svoje jistoty.*

Komentář: S rozvodem dítě vždy přichází o jistoty. Zlatým pravidlem zůstává, že čím méně změn s porozvodovým uspořádáním přijde, tím lépe pro dítě. Typickou obavou dětí je ztráta kamarádů a spolužáků, nemožnost docházet na své oblíbené kroužky apod. Obavy ohledně absence toho jednoho, pravého a skutečného domova jsou rovněž nepodložené – jedinec mladý či starý se může cítit „doma“ i u prarodičů, dalších příbuzných, na chatě. Skutečné a hluboké city dítě nechová k prostoru a nábytku, ale k lidem, kteří obývají prostor, který nazýváme „domovem“. Což může být všude, kde o dítě s láskou pečují jeho blízcí.



*B) Muž se o dítě neumí patřičně postarat. Neumí zajistit jeho fyzické ani psychické potřeby. Dítě bude jíst nezdravě, chodit v nevypraném oblečení, mít neumyté vlasy...*

Komentář: Již v první kapitole jsme rozebírali, že muži nejsou v tomto ohledu nijak méněcenní oproti ženám. Jejich způsob vedení domácnosti je ale odlišný od toho ženského, proto vyvolává místy až paniku. Otcové usilující o střídavou péči sami často vynakládají spoustu úsilí na to, aby se v tomto ohledu zdokonalili a přiblížili matkám. Sami muži mají s výkonem střídavé péče často spojeny pocity hrdosti, že péči o dítě zvládají. Opět s odkazem na předchozí kapitolu je nutné připomenout, že „správnost“ naplňování základních potřeb sice může být předmětem diskuze rodičů, ale dítěti na tom zpravidla příliš nezáleží.

*C) Výchovné styly rodičů bývají velmi odlišné. Dítě to může neurotizovat.*

Komentář: Jak bylo již řečeno výše, přílišná odlišnost výchovných postupů a neochota dosahovat kompromisů je kontraindikací ke střídavé péči. Malá míra odlišnosti naopak dítě vede k větší samostatnosti, toleranci a empatii.

*D) Z praktického hlediska je nesmyslné, aby se dítě stěhovalo se vším svým vybavením (hračkami, zimním oblečením, učebnicemi apod.). Pořizování dvou kusů od všeho je finančně neadekvátně náročné.*

Komentář: Stěhovat dítě se vším jeho majetkem skutečně bývá zbytečně obtížné. Rodiny se s tím ale často vyrovnávají právě zmíněným zdvojením vybavení. Není to tak finančně neuskutečnitelné, jak se zdá, v rodinném rozpočtu jsou i daleko dražší položky (třeba samotný rozvod). U dražších položek jako je např. jízdní kolo nebo notebook ke zdvojení zpravidla nedochází. Výsledkem tedy je, že věci běžné potřeby má dítě dvakrát a oblíbené nebo drahé věci si převáží.

## 2.2.2 Porovnání a shrnutí

Na výše popsané formy péče můžeme nahlížet z více úhlů pohledu, stejně jako můžeme mnoha různými faktory popisovat jejich pravděpodobnou úspěšnost.

Jisté je pouze to, že tato problematika je natolik komplexní a individuální záležitostí, že nelze nic posuzovat globálně. Plošné vynucování jednoho, druhého či třetího typu péče bohužel nic neřeší.

V současnosti se však do popředí praxe dostaly nálezy a doporučení Ústavního soudu, jenž „v několika rozhodnutích vyložil povinnost státu svěřit dítě do střídavé péče, budou-li splněny určité předpoklady, které souhrnně označil jako *presumpci střídavé péče*. (...) Jakékoli jiné rozhodnutí než střídavá péče představuje odchylku od ideje rovnocenné péče rodičů.“ (Behr, 2018, s. 1). Podle tohoto doporučení by tedy soudy měly se střídavou péčí počítat jako s první možností, přičemž pouze pokud bude prokázáno, že to není v zájmu dítěte, zvolí se jiná forma péče. Behr soudí, že taková praxe spíše nahrává sobeckému přístupu rodičů, kteří nadřazují vlastní zájmy zájmům svého potomka (neboli právo rodiče mít u sebe své dítě je větší, než právo dítěte na porozvodovou péči, která lépe odpovídá jeho osobní spokojenosti). Zároveň uznává, že není lehké v této oblasti dojít k celospolečensky uznané dohodě, protože tato rozhodnutí vycházejí z rozdílných lidských hodnot: někdo upřednostňuje zájem a prospěch dítěte, jiní vyzdvihují hodnotu rovnocenného práva rodiče a dítěte na společný čas a výchovné působení. V ideálním případě by se tyto dvě množiny překrývaly, ale jelikož tomu tak často není, je třeba zvážit i další faktory střídavé péče.

Zastánci i odpůrci střídavé péče se snaží podkládat své argumenty odbornými prameny a studiemi. Touto tematikou ve výzkumu českém i zahraničním se zabýval Pavlát (2010, 2012), který zjistil, že metodologie těchto studií má často četné a výrazné nedostatky (ať už se jedná o nereprezentativní vzorek, nedostatečnou pozornost věnovanou dalším intervenujícím proměnným, zaměňování korelace za kauzalitu nebo selektivní citace literatury k podpoře vlastního zájmového úhlu pohledu). Jako takové podle Pavláta slouží především skupinám tvrdě prosazujícím jeden či druhý typ péče a působí spíše jako práce na zakázku než nezájaté objektivní zkoumání společensky významného problému.

Steinbach (2019) dodává, že tyto studie se od sebe také velmi výrazně liší použitou metodologií a jejich srovnávání by mohlo být značně zavádějící. Paradoxně mají ale tyto výzkumy společnou metodu samovýběru (tj. účastníci se sami v případě zájmu hlásí) a ve vzorku pak dominují rodiče s vysokým vzděláním, vysokým socioekonomickým statusem a menší mírou konfliktů. Stále tedy ještě nemáme k dispozici výzkumy, které by se daly generalizovat a posloužily jako jednoznačný argument pro nebo proti střídavé péči.

Ač nejsme v tuto chvíli schopni formulovat správné řešení, dokážeme již poměrně dobře popsat řešení špatná. Hejtmánková (2012) výstižně shrnuje nejčastější chyby, kterých se rodiče po rozvodu dopouštějí: podceňování vnímavosti dítěte vůči rozvodu, popírání rodičovských práv bývalého partnera, pokračování konfliktů i po rozvodu, popouzení dítěte proti druhému rodiči, „kupování“ dítěte hodnotnými dary či zážitky, nešetrné včlenění nového partnera do života dítěte, zatajování důležitých informací před dítětem nebo druhým rodičem, neochota obrátit se k odborníkovi pro asistenci. Je skutečně těžké si představit, že by střídavá péče v takovémto prostředí mohla být pro dítě prospěšná. Úkolem odborných pracovníků je takovým rodičům pomoci uvědomit si tyto chyby; srozumitelná doporučení velmi pěkně popisuje např. Rudolph (2010, s. 7-9).

Podle mnohých autorů (Matějček & Dytrych, 1992; Warshak, 1996; Pavlát, 2010; Novák, 2013) je nutné si uvědomit, že rozvodem je dřívější harmonická rodina nenávratně ztracena a nelze ji zcela nahradit žádnou další formou péče. Vhodná porozvodová péče může pouze zmírnit bolest ze ztráty a minimalizovat škody. U každého případu je tedy nutno posuzovat individuální okolnosti a dbát především na zájem a práva dítěte a také jeho osobnostní charakteristiky, např. schopnost zvládat zátěž. Podle Pavláta (2012) je nevhodné nařizovat střídavou péči soudně, pokud jsou rodiče v konfliktním vztahu a viditelně dávají přednost uspokojení svých vlastních potřeb – a to nejen na úkor bývalého partnera, ale i dítěte. Střídavá péče je v takovém případě vysoce rizikovým faktorem v životě rozvíjejícího se jedince.

Zahraniční autoři jsou optimističtější a přičítají střídavé péči nejrozumnější pozitiva i přes konfliktní atmosféru mezi exmanželi (Nielsen, 2018). Velmi diplomaticky své závěry shrnuli Braver a Votruba (2018, s. 464), kteří tvrdí, že „*v průměru střídavá péče dětem pravděpodobně prospívá*“. Tento výrok vysvětlují tak, že ve tvrdě objektivním statistickém pojetí mají děti ze střídavé péče lepší skóre v různých měřených aspektech života (od psychické pohody až po zneužívání návykových látek); což ale neznamená, že bychom ji měli prosazovat za každou cenu. Úkolem odborníků je tedy situaci monitorovat a odhalit případy, kdy negativa střídavé péče převáží nad pozitivy.

## 2.3 Stres a jeho zvládání – coping

Abychom byli schopni odhalit a pochopit negativní zátěžové jevy, které jsou s porozvodovým uspořádáním spojené, je třeba se seznámit s tématem stresu a jeho zvládání. Ve 21. století se téma tzv. copingu těší velké pozornosti. V oboru psychologie má své významné místo už delší dobu – první akademici, kteří se stresu začali věnovat systematictěji, přiznávali vliv hlavně těm, kteří ho zkoumali z fyziologického hlediska. Na těchto počátcích stál např. W. Cannon, který zkoumal stereotypické reakce koček na situaci ohrožení – tzv. „fight or flight“ (útok nebo útek), nebo I. P. Pavlov, jemuž se opakovaně dařilo navozovat tzv. experimentální neurózu u psů prostřednictvím vystavením podnětu, který nebyli schopni správně interpretovat (Křivohlavý, 1994). Na základě práce těchto i dalších autorů začalo krystalizovat pojetí stresu jakožto vnitřní stav jedince, jenž je vystaven ohrožujícím vlivům, proti nimž se nedokáže účinně bránit, či takové vlivy očekává v blízké budoucnosti.

Pro další výzkum byly podnětné i pokusy s ovci H. S. Liddella, jenž na jejich základě určil 5 typů situací, kdy u zvířat dochází ke stresu. Jedná se o zmatek (neschopnost interpretovat situaci, mnohoznačnost), nadměrná stimulace a uspěchanost, jednotvárnost situace, opuštění druhými a omezení svobody pohybu (1935 podle Křivohlavý, 1994). Tyto zdroje stresu jsou velmi podobné Matějčkovu popisu situace, kdy nejsou naplňovány základní potřeby dítěte, např. potřeba smysluplného světa, dostatek podnětů ad. (viz kapitolu 2.1.1).

Na výsledky těchto experimentů navázal H. Selye (1966 podle Baumgartner, 2001), jenž zformuloval model obecného adaptačního syndromu. Tento má 3 fáze: v první začíná působit stresor neboli negativně vnímaný podnět, ve druhé fázi začíná jedinec mobilizovat své zdroje a jeho rezistence se zvyšuje a fáze třetí začíná v okamžik, kdy jsou tyto zdroje vyčerpány a resilience opět klesá (Selye, 1979 podle Křivohlavý, 1994). Zatímco druhá fáze se vyznačuje excitací organismu, poslední fáze je typická pocity vyčerpání a únavy – Selye toto vysvětluje aktivací endokrinního systému.

Definice stresu tedy není zcela jednoznačná: můžeme jím označit proces odpovědi organismu na stresor, nebo celkový vnitřní stav jedince, a to z hlediska fyzického i psychického (Křivohlavý, 1994).

V kontextu definování stresu je také podstatné správně definovat příbuzné nebo z něj vycházející další psychologické pojmy. Nejbližším a lidově často nesprávně používaným pojmem je „zátěž“. Zatímco hovorově se zátěž běžně zaměňuje se stresem, psychologie takto označuje pouze situaci, jež je pro jedince zvládnutelná, aniž by došlo ke stresové reakci organismu (Křivohlavý, 1994). Se zátěží se člověk vyrovnává pomocí adaptace, mechanismů k nastolení opětovné rovnováhy, tyto se však dají použít pouze ve chvíli, kdy problém i cíl jsou dobře definovány a jedinec ví, jaké chování povede k řešení. Pokud zátěž přesáhne určitou hranici zvládnutelnosti, přichází ke slovu „*vyšší stupeň adaptace*“ (Křivohlavý, 1994, s. 42) neboli coping.

### 2.3.1 Teorie copingu

Definice copingu není dodnes zcela jednotná. Shoda panuje v tom, že se jedná o zvládání stresového stavu nebo situace, která jedinci způsobuje intenzivní nebo dlouhodobé subjektivní nepohodlí. Různí autoři se přou o to, zda je coping pouze chování promyšlené, uvědomované a řízené vůlí (Mareš, 2001), nebo zahrnuje i neuvědomované a nezáměrné akce (VandenBos, 2015); Connor-Smithová a Compas na tomto rozporu postavili celou teorii a formulovali tzv. duální model zvládání stresu (Connor-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen & Saltzman, 2000).

Příbuzným pojmem ke copingu jsou tzv. obranné mechanismy, jimiž se jako první zabýval S. Freud a dále je rozpracovala A. Freudová; jedná se např. o regresi, vytěsnění, popírání nebo racionalizace nelogického jednání. Tyto také slouží k řešení zdánlivě neřešitelných situací, mají za úkol regulovat napětí mezi jedincem a prostředím, ale na rozdíl od copingu bývají zpravidla považovány za neefektivní či maladaptivní, protože zkreslují realitu a v dlouhodobém hledisku překonání stresoru značně ztěžují či znemožňují (např. podle Freuda tímto způsobem vznikají neurózy). Obranné mechanismy se dále vyznačují značnou rigiditou, na rozdíl od copingových strategií, jež jsou definovány jako flexibilní a rekurentní – jedinec má možnost svůj postup měnit, upravovat, vracet se částečně zpět (Křivohlavý, 1994; Baumgartner, 2001). Křivohlavý obranné mechanismy řadí mezi neefektivní způsoby zvládání stresu, ale zároveň dodává, že jsou chvíle, kdy je jejich využití oprávněné – např. k překlenutí prvního šoku ze stresoru, kdy jedinec potřebuje čas, aby mobilizoval své zdroje.

### ***Coping v kontextu osobnosti (co ovlivňuje volbu copingové strategie)***

Jedním z hlavních otazníků v teoriích copingu se týká toho, co ovlivňuje volbu copingové strategie. Existují tři názorové proudy – dispoziční, situační a interakční (Baumgartner, 2001).

Dispoziční přístup dává důraz na relativně stálé charakteristiky jedince, tzv. moderátory, které zahrnují např. stáří, zkušenosti, pohlaví, temperament, sebedůvěra nebo stupeň socializace (Mareš, 2001). Výzkumy zaměřené na dispoziční přístup se věnují zkoumání odlišností v copingu mezi různými věkovými skupinami nebo rozdíly v copingu mužů a žen. Jejich autoři vycházejí z názoru, že volby copingových strategií (někdy nazývané copingové styly) jsou v čase relativně stálé – podobně jako charakteristiky jedince (Baumgartner, 2001).

Jsou ale i výzkumy, které potvrzují vývoj strategií v průběhu stárnutí jedince, např. Amirkhan a Auyeungová (2007) ve své studii porovnávali zvládání stresu u osob ve věku od 9 do 70 let, přičemž prokázali, že všechny skupiny sice využívají stejné strategie, ale mění se jejich preference. Čím vyššího věku byl respondent, tím více inklinoval k přímému přístupu k problému a méně využíval možnosti vyhnout se stresoru.

Další autoři, Hampel a Petermann (2005) zkoumali efekt genderu: vycházeli ze zjištění předchozích studií, které dívkám připisovaly vyšší míru copingu s využitím sociální opory a ventilování emocí; jejich studie zaměřená na adolescenty tyto výsledky bohužel nezreplikovala. Hlavním zjištěním tohoto výzkumu tak byl rozdíl v tom, že dívky využívaly převážně strategie, jež autoři nazývali maladaptivními (tzn. nepřipívaly k adaptaci a zvládnutí problémové situace), např. ruminace, rezignace nebo agrese.

Situační přístup si rozdíly ve volbě copingových strategií vysvětluje na základě interpretace situace jedincem. Předpokládá, že konzistenci reakcí můžeme předvídat podle toho, zda je stresor jedincem subjektivně vyhodnocen jako výzva, ohrožení nebo ztráta. Totožná situace tedy u rozdílných lidí nevyvolává rozdílné copingové strategie na základě jejich charakteristik, ale subjektivní důležitosti, která vychází z míry ohrožení, zvládnutelnosti a kontrolovatelnosti (Baumgartner, 2001). Výzkumy postavené na situačním přístupu se tedy zaměřovaly např. na vztah míry ohrožení k volbě určitého typu strategií, přičemž se ukázalo, že čím více je situace vnímána jako ohrožující, tím spíše jedinec zavrhně přímou akci a zvolí coping zaměřený na emoce.

Interakční přístup kombinuje oba předchozí. Zastánci tohoto pojetí tvrdí, že spíše než lineární model „stresor-volba-reakce“ je třeba uvážit určitou cykličnost a dynamiku, protože všechny zapojené proměnné se neustále ovlivňují – celý proces je tím pádem mnohem komplexnější, než předpokládají předchozí přístupy. Základem pro volbu copingové strategie je interakce osobnosti a situace, která zahrnuje kognitivní, emoční i motivační faktory, potřeby a aktuální zdroje jedince (Baumgartner, 2001).

### 2.3.2 Vytváření systémů klasifikace copingu – výzkumy

Navzdory výše uvedenému rozboru různého chápání copingu je jeho definice napříč publikacemi poměrně jasná a většina autorů tak vychází ze stejného bodu. Když se ale podíváme blíže na to, jaké systémy copingových strategií za pár posledních desetiletí vznikly, můžeme s mírnou nadsázkou říci „co autor, to systém“. Je až s podivem, že již vzniklé systémy se takřka nedaří replikovat, a tak vznikají stále nové (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003).

Při vytváření systému klasifikace je možné postupovat třemi způsoby. První je označován jako induktivní a klasifikace vzniká tzv. „bottom-up“ – postupuje se od konkrétních položek po formulaci nadřazených kategorií (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003). Pro tento účel se využívá explorační faktorová analýza, racionální klasifikace nebo konfirmační analýza. Nesporná výhoda tkví ve spolehlivé identifikaci copingu v jeho nejjednodušších projevech, tedy explorační úrovni v klasifikaci. Nevýhodou je, že se takto klasifikují pouze získaná data a nepočítá se již s existencí dalších položek (copingových strategií, vyšších kategorií), které se ve výzkumu nevyskytly. Není ani zaručeno, že výsledné nadřazené kategorie budou mít všechny stejnou váhu, tedy že vytvoří plnohodnotnou a výpovědně hodnotnou strukturu (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003).

Druhý způsob se nazývá deduktivní, někdy také označovaný jako „top-down“. Jedná se o přesně opačný postup než výše popsany: začíná se konstrukcí vyšších kategorií, do kterých se pak umisťují zjištěné položky nižší kategorie. Skinnerová a kol. (2003) popisují 3 základní hlediska, podle kterých se stanovují vyšší kategorie – hledisko funkce, hledisko topologie a hledisko akcí. Hledisko funkce sleduje, jaké funkční mechanismy coping uvádí do pohybu (např. coping zaměřený na chování vs. na emoce). Topologické hledisko identifikuje určitou dimenzi, kde si jedinec v rámci copingu zaujímá ke stresoru jeden ze dvou vzájemně

neslučitelných postojů (např. coping příklonu vs. odklonu). Hledisko akcí je více komplexní, samotnou „akci“ definuje jako výslednici kognice, emocí, motivace a chování. Jako příklad můžeme uvést dělení na coping primární kontroly a coping sekundární kontroly. Podle Skinnerové „*přirozenou analytickou jednotkou při konceptualizaci transakcí mezi lidmi a jejich sociálním kontextem nepředstavuje chování, ale akce*“ (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003, s. 229). Nevýhodou deduktivní klasifikace je především neschopnost propojit jednotlivá hlediska, což autory nutí si mezi nimi vybírat a opomíjet jiná, tudíž nemůžeme dojít ke komplexnímu pochopení jevu copingu.

Třetí způsob vytváření systému klasifikace copingu se nazývá hierarchický a kombinuje induktivní i deduktivní přístup. Oproti výše popsaným přístupům je takto vytvořená kategorizace multidimenzionální, umožňuje tedy lépe pojmout komplexní podstatu copingu; jako další výhodu Skinnerová a kol. (2003) uvádí možnost sjednotit zde již existující roztržité klasifikace.

Všechny výzkumy měly jako explicitní nebo alespoň implicitní cíl přispět k poznání toho, jaké copingové strategie jsou účinné, efektivní a funkční. Tento úmysl se však nepodařilo naplnit ani zdaleka tak dobře, jak se zpočátku očekávalo – jak ukazuje výběr níže popsaných klasifikací, je v rámci teorií copingu velmi těžké cokoli generalizovat.

### ***Transakční teorie copingu – R. S. Lazarus***

Patrně nejcitovanějším autorem zabývající se copingem je R. S. Lazarus – jeho definice z roku 1966 je součástí takřka všech textů, které se tímto tématem zabývají. Mnozí autoři ji i přes její stáří považují za dosud nejvýstižnější (Baumgartner, 2001; Křivohlavý, 1994; Mareš, 2001; Sandler, Tein & West, 1994; Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003; Vavřicová, 2013).

Lazarusova teorie patří do proudu interakční interpretace copingu, sám autor ji ale pojmenoval „transakční teorie copingu“, aby zdůraznil faktor motivace dosáhnout cíle. Ještě větší důraz ale klade na kognitivní složku neboli „*myšlenkové zpracování toho, co se děje*“ (Křivohlavý, 1994, s. 45); to probíhá ve třech fázích: tzv. *primary appraisal*, *secondary appraisal* a *reappraisal* (primární hodnocení, sekundární hodnocení a přehodnocení). V první fázi jedinec zvažuje, co a jak moc ho ohrožuje – výsledkem je jedna ze tří možných interpretací situace: výzva, hrozba, ztráta. Ve druhé fázi jedinec vyhodnocuje, jaké má zdroje



a možnosti ke zvládnutí situace, volí strategii; v závěrečné fázi přehodnocuje, zda byla strategie zvolena správně (Křivohlavý, 1994). Kvůli svému kognitivnímu zaměření si později vysloužila i kritiku, neboť Lazarus tvrdil, že emoce spojené se stresovou situací vznikají až jako následek kognitivního zhodnocení, což ale platí pouze v některých případech; ve chvíli, kdy jedinec reaguje reflexivně (např. na zabzučení u ucha reaguje vyplašeným mávnutím ruky), je zjevné, že ke kognitivnímu zhodnocení nedošlo (Kohoutek, 2014).

Samotné copingové strategie Lazarus rozdělil do dvou kategorií podle jejich funkce (Ayers, Sandier, West & Roosa, 1996): buď se zaměřují na přímé řešení problému (tzv. *problem-focused coping*), nebo je jejich cílem odstranit či zmenšit psychické nepohodlí (tzv. *emotion-focused coping*). Předpokladem bylo, že pokud jedinec nemá potřebné zdroje na to, aby problém vyřešil přímo, snaží se alespoň o ochranu zbývajících zdrojů. Tím však Lazarus sám popřel, že by se jednalo o dvě vzájemně se vylučující kategorie, protože tyto dvě funkce mohou být naplňovány současně, např. vyřešením problému dojde k emoční úlevě (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003).

Pro výzkum Lazarus se spolupracovníci Folkmanovou vytvořil dotazník WOCC (Ways of coping checklist), který mapuje coping vztahující se k jedné konkrétní stresující situaci, kterou si respondent sám vybere. Skinnerová a kol. (2003) analyzovala 8 studií, které využily tento dotazník a na základě explorační faktorové analýzy každá z nich definovala vlastní kategorizaci strategií. Samotné Lazarusovo jméno se objevilo u dvou studií, Folkmanová byla autorkou dokonce třech, což ukazuje na snahu autorů o zdokonalování původní teorie. V první studii z roku 1980 se drželi výše popsanych kategorií copingu zaměřeného na problém a emoce, ale již v roce 1985 tuto kategorizaci doplnili o subkategorie. Coping vyššího řádu se dělil stále na dvě původní kategorie, ke kterým přibyla kategorie „smíšená“ – Lazarus a Folkmanová za smíšený coping považovali především vyhledání sociální opory, který v sobě zahrnuje jak funkci řešení problému, tak emoční úlevu. Rozpracování se dočkala také kategorie copingu zaměřeného na emoce: obsahovala toužebné přání, stažení se, zdůrazňování pozitiv, sebeobviňování, redukci napětí a sebeizolaci. Podle Skinnerové se autoři měli zaměřit spíše na jiné varianty výzkumu, neboť je zřejmé, že původní předpoklad není nosný pro systém copingu, který by přispěl k replikovatelné kategorizaci.

Lazarus sám také přispěl k devalvaci strategií označených jako zaměřené na emoce, ač se tak stalo pravděpodobně omylem a sám po zbytek života zasvětil velkou část své práce právě

těmto způsobům copingu (Kohoutek, 2014). Dodnes se ale ani v odborné oblasti zcela nevytratil názor, že pouze strategie zaměřené na přímé řešení problému jsou efektivní (Křivohlavý, 1994).

### **Čtyřfaktorový model T. S. Ayerse**

Z práce Lazaruse a Folkmanové vycházel i T. S. Ayers, který se rozhodl pro experimentální ověření jejich modelu dělení copingu na dvě dimenze. Do svého výzkumu zapojil i další dvoudimenzionální pojetí copingu od Billingse a Moose, jenž vychází z dělení na přístup aktivní a pasivní (Ayers, Sandier, West & Roosa, 1996).

Ayers a kol. potřebná data sebrali prostřednictvím dotazníku CCSC (The Children Coping Strategies Checklist) s cílem je porovnat se dvěma výše uvedenými modely a se svým vlastním návrhem modelu copingové kategorizace. Ten se sestával z pěti dimenzí, které se dále dělily na podskupiny; jejich dělení, hierarchizace a podrobnější popis je rozepsán v tabulce 2.

*Tabulka 2: Dimenze copingu podle Ayerse (Ayers, Sandier, West & Roosa, 1996, s. 929-930)*

<b>DIMENZE COPINGU</b>	<b>DEFINICE</b>
<b>Strategie zaměřené na problém</b>	
<i>(1) Kognitivní rozhodování</i>	Plánování a přemýšlení nad tím, jak problém vyřešit. Zahrnuje přemýšlení nad volbou strategie a jejími důsledky. Nezahrnuje prosté myšlení na problém, ale skutečnou snahu nalézt možné řešení. Nezahrnuje realizaci řešení problému.
<i>(2) Přímé řešení problému</i>	Snaha vyřešit problém změnou sebe nebo okolního prostředí. Zahrnuje pouze konání, nikoli přemýšlení nad problémem.
<b>Strategie zaměřené přímo na emoce</b>	
<i>(3) Hledání smyslu</i>	Zahrnuje snahu najít ve stresové situaci smysl či jí lépe porozumět. Nezahrnuje snahu vidět problém v pozitivním světle.
<i>(4) Pozitivní kognitivní restrukturační</i>	Snaha přemýšlet o stresové situaci v pozitivním světle. Zahrnuje myšlenky, které se snaží minimalizovat problém či jeho důsledky. Příkladem jsou optimistické myšlenky či snaha vytěžit maximum z nepříznivé situace.

<i>Vyjádřování emocí</i> (později vyřazeno – pozn. ŠJ)	Jedná se o vyjádření emocí verbálně i neverbálně bez přítomnosti jiné osoby a bez ohrožování či ubližování jiné osobě.
<b>Strategie odvedení pozornosti</b>	
(5) <i>Fyzické uvolnění emocí</i>	Zahrnuje aktivity dosahující alespoň střední fyzické zátěže (sport, hru apod.)
(6) <i>Rozptylující akce</i>	Vyhnutí se přemýšlení nad problémem prostřednictvím zaměření pozornosti na vnější rozptylující stimulus (kreslení, hra, sledování TV apod.). Fyzická námaha při této činnosti nesmí dosahovat střední fyzické zátěže.
<b>Vyhýbavé strategie</b>	
(7) <i>Vyhýbavé akce</i>	Zahrnuje snahu se stresové situaci vyhnout buď jejím opuštěním nebo alespoň vyhnutím se přímému kontaktu.
(8) <i>Kognitivní vyhýbání</i>	Využití vlastního kognitivního stimulu k odvrácení pozornosti od problému. Zahrnuje např. toužebné přání, využití fantazie. Nezahrnuje přímé chování.
<b>Strategie vyhledání podpory</b>	
(9) <i>Podpora zaměřená na problém</i>	Vyhledání osob jakožto pomoci při řešení problému. Zahrnuje vyhledávání informací, žádost o radu. Nezahrnuje emoční podporu.
(10) <i>Podpora zaměřená na emoce</i>	Vyhledání osob jakožto zdroje emoční podpory. Zahrnuje mluvení o problému a hledání porozumění.

Tento navrhovaný model byl poté podroben konfirmační faktorové analýze, která potvrdila jako stěžejní kategorie výše uvedených 10 typů strategií. Počet nadřazených dimenzí se snížil z pěti na čtyři: aktivní coping (v tabulce položky 1, 2, 3 a 4), odvedení pozornosti (5 a 6), vyhýbavý coping (7 a 8) a vyhledání podpory (9 a 10).

Po následném statistickém porovnání všech tří modelů copingu autoři konstatovali, že sebraným datům zdaleka nejlépe odpovídá jejich vlastní kategorizace strategií. Ke stejnému závěru dospěli i Sandler, Tein & West (1994). Jako jednu z výhod autoři deklarovali její generalizaci i na dětskou populaci, která v původním pojetí copingových modelů zůstávala stranou.

### ***Duální model – B. E. Compas a J. K. Connor-Smithová***

Tradiční definici copingu, který byl od publikování první Lazarusovy práce považován za čistě volní a vědomou záležitost, se rozhodl změnit a rozšířit B. E. Compas a jeho spolupracovnice J. K. Connor-Smithová (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen & Wadsworth, 2001). Jejich názorem je, že „*odpovědi na stres zahrnují mimovolní nebo automatické reakce (reflektující individuální odlišnosti v temperamentu a podmíněnými vzorci stresové reaktivity) a volní pokusy zvládnout stres*“ (Connor-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen & Saltzman, 2000, s. 976). Fenomén copingu by se tedy měl vztahovat k jakékoli reakci na stres, protože omezení se pouze na volní a řízený coping zabraňuje porozumění podstatě a komplexitě zvládání stresu (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen & Wadsworth, 2001). Že Compas i Connor-Smithová míní své pojetí opravdu komplexně, ukazuje i snaha o propojení s fenomény temperamentu, resilience, seberegulace aj.

Compas a kol. (2001) pro výše popsané dělení odpovědí na stres argumentuje následovně. Zaprvé zaznamenal, že i jiní autoři si ve výzkumu všimli tohoto mimovolního copingu, avšak jelikož nezapadal do jejich modelu, nazvali ho jinými pojmy a nezahrnuli jej do kategorizace. Druhým důvodem jsou výpovědi zkoumaných jedinců – sami uvádí, že některé reakce na stres jsou mimo jejich volní kontrolu (typicky např. pláč). Třetím argumentem je způsob interpretace copingových strategií v raném věku člověka: pakliže by byla definice zúžená pouze na volní a promyšlené reakce, nemohli bychom u dětí hovořit o copingu, ke kterému ale bezesporu dochází. Compas zdůrazňuje, že toto pojetí by bylo dostatečně flexibilní i pro výzkum vývoje copingových strategií s postupujícím věkem – např. malé děti využívají coping převážně mimovolní a automatický, ale čím jsou starší, tím více si upevňují základy pro uvědomované copingové strategie. Na závěr Compas uvádí, že toto dělení je praktičtější z hlediska odborné intervence; ta se zaměřuje pouze na volní zvládání stresu, ačkoli nepřímě ovlivňuje i mimovolní a naopak. Uvádí zde jako příklad jedince s posttraumatickou stresovou poruchou, u nichž se jako mimovolní coping objevují tzv. intruzivní myšlenky neboli „*mentální dění, které přerušuje tok myšlenek zaměřených na úkol, přestože se jim jedinec snaží vyhnout*“ (VandenBos, 2015, s. 561), což ale ovlivňuje i celkové chování člověka – a tím pádem i jeho volní copingové možnosti.

Další dimenzí, kterou je nutné do kategorizace zahrnout, je podle obou autorů tzv. příklon vs. odklon (v angl. *engagement vs. disengagement* nebo *approach vs. avoidance*), který

charakterizuje, zda se jedinec staví ke stresové reakci lidově řečeno čelem, či se spíše snaží ze situace uniknout a vyhnout se stresoru. Kombinací těchto dvou dimenzí tedy vzniknou čtyři skupiny copingových strategií: volní příklon, volní odklon, mimovolní příklon a mimovolní odklon. Skupina volní příklon je pak Compasem a Connor-Smithovou dále dělena na dvě podskupiny podle toho, nakolik má jedinec nad situací kontrolu či moc zasáhnout: tzv. primární kontrola zahrnuje změnu sebe (svých emocí) nebo změnu situace, zatímco sekundární kontrola umožňuje spíše pasivnější adaptaci na situaci (Connor-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen & Saltzman, 2000). Tato poněkud komplikovanější kategorizace je graficky znázorněna v Příloze 1.

Oba autoři v závěrech svých prací zdůrazňují nutnost ustanovit shodu v definici i modelech copingu a také potřebu zkoumání specifík dětského copingu, zvláště pro účely vhodné a efektivní intervence. Ačkoli se studie tomuto tématu příliš nevěnují, je zřejmé, že jako společnost věříme v osobní rozvoj člověka, a tedy i možný rozvoj funkčních a vhodných copingových strategií. Compas a Connor-Smithová dodávají, že ačkoli studie zatím dostatečně neprokázaly souvislost mezi psychologickými a psychiatrickými problémy a nevhodnou volbou copingových strategií, jedná se spíše o nedostatek samotných studií a neschopnost výzkumníků toto komplexní téma uchopit; což by nás ale nemělo odradit od snahy o hlubší porozumění, neboť bez něj nebude možné zavést efektivní intervenci.

### ***Metaanalýza E. A. Skinnerové***

Skinnerová a kol. v rámci své metaanalýzy shromáždili 89 různých nástrojů ke sběru dat o copingových strategiích, jejichž použitím autoři identifikovali takřka neuvěřitelné množství cca 400 jednotlivých strategií copingu (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003). Je zřejmé, že v těchto výsledky není možné vzniklé studie efektivně porovnávat a nemá ani příliš smyslu je replikovat, Skinnerová se tedy zaměřila na vytvoření nového modelu, který by byl natolik univerzální, že by bylo možné ho využívat v rámci různých teoretických přístupů ke copingu, ale zároveň by splňoval přísné nároky na klasifikační systém. Ten definovala pomocí 7 kritérií (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003):

1. Kategorie jsou pojmově precizní a vyjasněné.
2. Kategorie se vzájemně vylučují.
3. Kategorie jsou úplné, je možné do nich zařadit jakoukoli i nově zjištěnou strategii.
4. Kategorie jsou vnitřně funkčně homogenní.

5. Kategorie jsou funkčně odlišné.
6. Kategorie jsou generativní, je možné podle jejich definice určit strategie pod ně náležící.
7. Kategorie jsou flexibilní, je možné je použít napříč gendery, věku, kontextu i stresory.

Za další důležitou podmínku Skinnerová a kol. považovali přináležitost k adaptačním procesům, které jsou jakýmsi obecným zastřešením všech způsobů copingu, v jejich hierarchickém systému jsou tedy adaptační procesy umístěny na samém vrcholu. Z nich vycházejí tzv. *Families of coping*, což je výraz užívaný v biologii pro vyjádření rodu, třídy nebo druhu. Tyto copingové třídy se dále dělí na *Ways of coping* neboli způsoby zvládání. Pod nimi na nejnižší úrovni jsou *Coping instances*, konkrétní příklady zvládání. Směrem shora dolů se tedy dostáváme od neobecnějšího copingu až ke specifickému projevu.

Skinnerová a její tým také nabízejí konkrétní možnost, jak využít již provedené výzkumy a integrovat je do jednoho systému klasifikace, ovšem dodávají, že jejich cílem je spíše podnítit diskuzi a snahu o provádění studií, které budou vzájemně kompatibilní – jinak nebude možné dosáhnout hlubšího porozumění, protože budeme zahlceni množstvím explorativních výzkumů (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003). Ke stejným závěrům dospěla o pár let později i metaanalýza Garciové, jež také zdůrazňovala vzájemnou inkompatibilitu studií i měřících instrumentů, což značně ztěžuje práci pracovníků v terénu, kteří by potřebovali jasné a jednotné závěry k nasazení vhodné intervence (Garcia, 2010).

### 2.3.3 Specifika copingu u dětí

Jak bylo již zmíněno výše, specifikům dětského copingu bylo věnováno násobně méně pozornosti, jak můžeme vidět např. na počtu vzniklých nástrojů pro zjišťování copingových strategií (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003). Jelikož se ale na dětské zvládání stresu dnes hledí stále častěji jako prediktor psychických problémů v dospělosti, zvyšuje se i počet studií zkoumající coping z hlediska dítěte (Garcia, 2010).

Naprostá většina takovýchto studií se zaměřuje na děti staršího školního věku nebo adolescenty, protože mladší děti ještě nemají dostatečně rozvinutou metakognici nutnou pro identifikaci toho, co jim od stresu ulevuje (Connor-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen & Saltzman, 2000). Pakliže budeme vycházet z duálního modelu Compase a Connor-

Smithové, můžeme předpokládat, že již novorozenci mají své copingové strategie, které uplatňují při setkání se stresem, zatím jsou ale pouze mimovolní, reflexivní; až později získávají i formu vědomého copingu.

Zimmer-Gembecková a Skinnerová ve své práci rozpracovaly nástin toho, jak se zvládání stresu mění v čase, a to od raného kojeneckého věku do adolescence. Například vývoj v adaptační oblasti Uklidňování postupuje následovně (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2010, s. 4):

- a) *0-18 měsíců: dovolávání se pečující osoby, vyhledávání blízkosti, fyzické sebeuklidňování (např. cumláni)*
- b) *do cca 5 let: sebeuklidňování skrze chování (např. vzít si přikrývku), vyhledávání uklidnění od jiné osoby*
- c) *do cca 9 let: sebeuklidňování verbálně*
- d) *do cca 14 let: přemýšlení o pozitivní budoucnosti*
- e) *do cca 22 let: uvažování v delší perspektivě, sestupné sociální srovnávání*

Dále jejich analýza ukázala, že napříč různými studiemi se ukazuje, že s přibývajícím věkem se snižuje vyhledávání sociální pomoci, což autorky připisují většímu pocitu self-efficacy (tzv. vlastní účinnosti, schopnosti něco zvládnout). S vyšším věkem se také poji menší míra využívání instrumentálního řešení problému, dospělí a starší jedinci na stres reagují s větší rozvahou a své kroky plánují. Posledním důležitým zjištěním bylo, že s věkem se upevňují volby určitých copingových strategií, pravděpodobně jakožto důsledek jednoduchého získávání zkušeností i rozvoje metakognice a sebeznalosti (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2010).

Poznatky z této oblasti před sebou mají ještě dlouhou cestu, než budou moci být generalizovány a převedeny do praxe, případně než bude běžné zkoumat jejich specifika v kontextu. Zaměření této práce a copingu v kontextu střídavé péče se nejvíce přiblížil výzkum autorek Moraru, Vasilescu & Moraru (2016), které zkoumaly závislost mezi proměnnými „rodinná situace“ a „copingové strategie“. Zjistily, že copingové strategie dětí se skutečně významně liší v závislosti na tom, zda jsou rodiče v manželství, rozvedeni nebo je jeden z rodičů po smrti. V návaznosti na svá zjištění doporučovaly také plošnou intervenci, která by dětem pomohla rozšířit zásobu copingových mechanismů a strategií.

### 3 EMPIRICKÁ ČÁST

Hlavním tématem této bakalářské práce je střídavá péče o děti v rodinách, které prošly rozvodovou situací. Těžiště výzkumné části leží v analýze výpovědí jedinců, kteří jako děti střídavou péči zažili na vlastní kůži.

#### 3.1 Cíle výzkumu a výzkumné otázky

Výzkum si kladl za cíl prozkoumat střídavou péči z hlediska dětí, tedy těch, o které je pečováno. V České republice je institut střídavé péče poměrně mladý a výzkum zaměřený na tuto problematiku se tedy doposud věnoval spíše rodičům, tedy pečujícím. Cílem této práce bylo získat retrospektivní pohled nyní již „dospělých dětí“ na střídavou péči a analyzovat jejich zkušenosti s tímto stále poměrně okrajovým jevem.

Výzkumné otázky byly stanoveny následovně:

1. *Jakou podobu měla střídavá péče respondentů?*
2. *Jak vnímali střídavou péči sami respondenti?*
3. *Jak se respondenti během střídavé péče vyrovnávali se zátěžovými situacemi?*

#### 3.2 Metodologie

Jako vhodnější metoda k dosažení vytyčených cílů a zodpovězení výzkumných otázek byl zvolen kvalitativní přístup, a to z několika důvodů. Sama podstata zkoumaného jevu je poměrně dosti komplexní a v případě kvantitativního výzkumu by nemuselo být dosaženo potřebné hloubky a provázanosti získaných informací. Mohlo by tedy docházet k přílišnému zjednodušení problematiky. Upřednostnění kvality před kvantitou umožňuje přitom právě pochopení širších souvislostí a individuálních podmínek tvarujících vnímání světa kolem nás (Hendl, 2005).

Dalším důvodem je nepříliš široká základna odborné činnosti zabývající se střídavou péčí, při konstrukci kvantitativní metody sběru dat by mohlo dojít k opomenutí důležitých částí či zveličování důležitosti nepodstatných oblastí. Posledním důvodem byla obava ohledně obtíží se získáváním respondentů – je poměrně málo osob, které by splňovaly požadovaná



kritéria a zároveň byly ochotny sdílet své zážitky, jež mohou být často bolestivé a nezpracované.

Tato práce má tedy sloužit jakožto kvalitativní sonda, která může posloužit pro budoucí tvorbu kvantitativních výzkumů, díky kterým by bylo možné získané závěry zobecňovat a zodpovědně aplikovat v praxi.

### 3.2.1 Výběr výzkumného souboru

Účastníci výzkumu museli splňovat následující kritéria.

- a) Mít osobní zkušenost se střídavou péčí z pozice dítěte.
- b) Střídavá péče musela trvat nejméně jeden rok před dovršením 18. roku.
- c) K datu výzkumu muselo být účastníkovi nejméně 18 let, ale ne více než 30 let.

Aby byla získaná data relevantní, nebylo možné do výzkumu zahrnout osoby, jejichž zkušenost se střídavou péčí byla pouze krátkodobá, jelikož se práce zaměřuje na dlouhodobý efekt střídavé péče. Podmínka plnoletosti měla v první řadě etický ochranný záměr. Hovoření o rozvodu a následné střídavé péči může být u nezletilých záležitostí příliš citlivou a nezpracovanou. Data od dospělých osob jsou sice sbírána s určitým časovým odstupem a vzpomínky nejsou již tak detailní, mají ale i přidanou hodnotu v podobě nadhledu a posouzení v širším kontextu současného života respondenta. Zároveň bylo potřeba předejít přílišnému vyblednutí vzpomínek, horní věková hranice tedy byla stanovena na 30 let.

Dobrovolníky pro výzkum jsem získala díky sociální síti Facebook, kde jsem uveřejnila žádost o účast spolu se stručným popisem tématu a výběrovými kritérii, jednalo se tedy o tzv. prostý záměrný výběr (Miovský, 2006).

Ozvalo se mi deset osob, z nichž jsem dvě musela odmítnout, neboť špatně interpretovaly kritéria a zaměnily střídavou péči za péči výhradní. Ze zbylých jsem náhodně vybrala 3 ženy a kvůli genderové vyrovnanosti ještě jednoho muže (jediného, který byl ochoten se účastnit). Kvůli zvoleným metodám sběru dat a jejich příslušné hloubce byl tedy celkový počet respondentů stanoven na čtyři osoby.

### 3.2.2 Metody sběru dat

Aby bylo dosaženo dostatečně hlubokého porozumění kontextu situace střídavé péče, byl jako hlavní metoda sběru dat zvolen semistrukturovaný rozhovor. Oproti strukturovanému rozhovoru má tu výhodu, že je možné se respondenta doptávat v případě, že je odpověď na otázku příliš stručná či nesrozumitelná, nebo se v průběhu rozhovoru vynoří téma, se kterým výzkumník předem nepočítal, ale ukáže se jako podstatné. Oproti nestrukturovanému rozhovoru zase poskytuje větší jistotu pro méně zkušené výzkumníky a možnost více korigovat to, jakým směrem se bude výpověď respondenta ubírat (Miovský, 2006).

Struktura rozhovoru byla zvolena podle výzkumných otázek (viz kapitola Cíle výzkumu a výzkumné otázky), důraz byl tedy kladen na zjišťování podoby střídavé péče, emočního prožívání, rodinných vztahů a způsobů zvládání zátěže. Předpokládaná délka rozhovoru byla 40-45 minut. V celém rozsahu je kostra semistrukturovaného rozhovoru uvedena v Příloze 4.

Jako doplňující metoda bylo zvoleno *Projektivní interview* od Vladimíra Michala, konkrétně druhá z jeho tří částí, nazvaná *Nedokončené věty*. Jak je uvedeno v názvu, jedná se o začátky vět, jež výzkumník předčítá a respondent je co nejrychleji a pravdivě doplňuje. Výzkumník zároveň měří reakční čas, který by měl být v ideálním případě do 5 sekund; v případě delšího rozmyšlení odpovědi se musí s danou položkou při analýze dat zacházet s odstupem, neboť příčina může být velmi různorodá.

Jelikož původní podoba *Projektivního interview* je zaměřená na děti školního věku, bylo nutné některé položky vyškrtnout, případně přeformulovat, a s ohledem na cíl výzkumu byly některé položky i přidány. Z původních 24 položek bylo zachováno 15 – vynechány byly např. věty tážající se na školu. Místo nich bylo formulováno dalších 10 nedokončených vět, které se více zaměřovaly na hlavní témata výzkumu, např. na řešení problémů a vztahy. Oproti původním *Nedokončeným větám* zde byly některé položky formulovány retrospektivně, např. „*Když jsem byl(a) malý/malá, moje největší přání bylo...*“

Projektivní metody se obecně používají ve výzkumu spíše jako doplňkové (Miovský, 2006), i zde byl těžištěm práce semistrukturovaný rozhovor. Hlavní přínos námi použité verbální projektivní metody tkví v zastávání role tzv. „ice-breakeru“ (z angl. výrazu „prolomení ledu“), tedy prostředku k odbourání nesmělosti, rozmluvení respondenta, navození bezpečné atmosféry strukturovaného výzkumu při osobním setkání dvou

neznámých osob. V neposlední řadě také nabízí možnost porovnat případné nesrovnalosti v rozhovoru a dokončování vět.

Předpokládaná doba ústní administrace *Nedokončených vět* byla 10 minut. V celém rozsahu jsou administrované *Nedokončené věty* uvedeny v Příloze 3.

### 3.2.3 Sběr dat

Administrace *Nedokončených vět* a semistrukturovaného rozhovoru byla vždy provedena prostřednictvím osobního setkání s daným respondentem v prostředí, které si sám zvolil jako pro něj příjemné (kavárna či čajovna). Na úvod schůze byl respondent blíže seznámen s osobou výzkumníka, jeho motivací a cíli, aby byla navozena atmosféra bezpečí a porozumění; jako klíčová informace zde posloužila skutečnost, že jakožto výzkumník mám já sama zkušenost se střídavou péčí z pozice dítěte.

Dále byl účastník seznámen se svými právy a podepsal informovaný souhlas (v originální podobě viz Přílohu 2), případně se doptal na skutečnosti, které ho zajímaly. Obecné otázky jsem zodpověděla ihned; skutečnosti, které by mohly interferovat s výsledkem rozhovoru, jsem nabídla vysvětlit až po skončení výzkumné části.

Za současného nahrávání výpovědi respondentů na diktafon byly administrovány nejprve *Nedokončené věty*, poté semistrukturovaný rozhovor. Nejkratší administrace trvala celkem 45 minut, nejdelší 60 minut, a to podle míry sdílnosti respondentů. Ti byli opakovaně upozorňováni na skutečnost, že si musí sami stanovit hranice, do jaké míry budou na mé otázky odpovídat, aby se nedostali do rozpoložení, které by jim bylo neúnosně nepříjemné.

Po skončení výzkumného rozhovoru vždy proběhl kratší, neformální dialog s cílem vysvětlit respondentovi blíže podstatu zkoumaného jevu (jak mu bylo nabídnuto v úvodu). Dalším motivem k neformálnímu uzavření bylo ujištění se o psychické pohodě respondenta, která mohla být narušena citlivostí probíraného tématu, a nabídka dalšího kontaktu v případě, že by se v blízké době dodatečně vynořily psychické obtíže. Respondenti tuto nabídku všichni přijali, ač ve výsledku zůstala nevyužita.

### 3.3 Analýza dat

Při analýze získaných dat bylo postupováno metodou obsahové analýzy (Miovský, 2006). Audionahrávky byly nejprve přepsány do textové podoby; přepisy rozhovorů v celé jejich délce jsou k dispozici v Přílohách 5-8. Tyto texty byly posléze zpracovávány v programu ATLAS.ti (verze 7.5.4), jenž je přímo určen k analýze kvalitativních dat. V tomto programu bylo provedeno otevřené i axiální kódování – výsledkem tedy byla množina kódů sdružená do nadřazených skupin. Z těchto byly k další analýze vybrány ty, které se vztahovaly k zodpovězení stanovených výzkumných otázek. Pro práci s daty byla respondentům v rámci zachování anonymity přiřazena kódová označení, a to křestní jména začínající na první písmena v abecedě: Andrea, Beata, Celestýna a Dorian. Úmyslně byla volena méně běžná česká jména. Základní údaje o respondentech shrnuje tabulka 3.

Tabulka 3: Základní údaje o respondentech

JMÉNO		Andrea	Beata	Celestýna	Dorian
POHLAVÍ		žena	žena	žena	muž
AKTUÁLNÍ VĚK (v letech)		24	28	24	20
TRVÁNÍ STRÍDAVÉ PÉČE  (v letech věku)	věk při zahájení	7	12	6	13
	věk při ukončení	19	18	20	20 (dosud)
NEJVYŠŠÍ UKONČENÉ VZDĚLÁNÍ		bakalářské (započaté magisterské)	magisterské	magisterské (započaté doktorské)	gymnazijní s maturitou (započaté bakalářské)
BYDLIŠTĚ		Praha a okolí			
SOUROZENCI		plnorodý bratr (cca o 3 roky mladší)	plnorodá sestra (cca o 2 roky mladší)	polorodý bratr z otcovy strany (mladší)	žádný
				nevlastní bratr z otcovy strany (mladší)	
				nevlastní bratr a sestra z matčiny strany (mladší)	

### 3.3.1 Organizace a realizace střídavé péče

První klíčový prvek střídavé péče byl zmíněn již v tabulce 3 výše: a to **věk respondentů při rozvodu rodičů**. Podle něj bychom mohli respondenty rozdělit do dvou skupin: u Andrey a Celestýny se jednalo o mladší školní věk (6-7 let), u Beaty a Doriany o věk puberty (12-13 let). Přesný věk lze stanovit dosti obtížně, neboť děti u rozhovorů (či hádek) o rozvodu nemusí být přítomny, takže se jedná pouze o jejich odhad opřený o jiné události, které se tou dobou děly (např. začátek školní docházky). Na dobu okolo rozvodu se obecně respondenti příliš nepamatují. Pokud nějaké vzpomínky mají, týkají se hádek rodičů.

**Okolnosti vedoucí k rozhodnutí o střídavé péči** se v rodinách lišily více. Respondenti popisují rozdílné klima, a to od naprosto klidného až po „divočinu“ (citace Beaty). Pouze rodiče Celestýny byli schopni dohodnout se natolik smírně, že dítě nezaznamenalo vůbec žádné neshody a stres. Tři zbylé rodičovské páry byly více konfliktní. Podle kontextu v rozhovorech lze soudit, že u Andrey a Beaty střídavou péči nařídil soud i přes nesouhlas matky, která chtěla děti do výhradní péče. Respondentky totiž samy popisují, že otcové museli vyvinout velké úsilí, aby střídavou péči vybojovali. Spory u soudu se protáhly na několik měsíců, nebo dokonce i let, než byla stanovena konečná podoba střídavé péče.

Z výše uvedených důvodů nebyl **začátek střídavé péče** ani u jednoho respondenta příliš jasně ohraničen. Dětem mladšího školního věku střídavá péče oznámena nebyla, rodiče ji začali praktikovat bez vysvětlení a děti si „musely zvyknout“ (citace Andrey), aniž by chápaly, co se vlastně děje. Zajímavý je rozdíl mezi dvěma těmito případy – zatímco Andree to bylo velmi nepříjemné a i s tříletým bratrem při předávání zpočátku plakali, Celestýna to díky klidné rodinné atmosféře nevnímala jako problém, ale přirozenou věc. **Rodiče střídavou péči oznámili** pouze v oněch dvou případech, kdy byly děti v pubertálním věku (Beata a Dorian), ale ani zde si respondenti nebyli jistí, co si mají pod pojmem střídavá péče představit. Zažívaná nejistota vyplývala pravděpodobně z toho, že rodiče střídavou péči pouze oznámili a stručně popsali, ale nevysvětlili. Všem dětem se tak odpovědi na své nevyřešené otázky dostalo až skrze praktikování střídavé péče, pokud vůbec.

Praktická podoba střídavé péče byla u respondentů dosti podobná. **Interval střídání** byl u třech z nich týden, pouze u Beaty a její mladší sestry dva týdny. **Dnem střídání** byla u všech neděle. Výjimku tvořila Andrea s bratrem, u níž se rodiče nezvládali osobně vídat při nedělním předávání dětí, po čase tedy rozhodli, že se sourozenci budou stěhovat sami

v pondělí po škole. **Čas střídání** byl u všech respondentů v odpoledních či večerních hodinách.

K **převážení dětí a jejich věcí** byla využívána auta; s výjimkou již zmíněné Andrey, která své věci musela převážet ve školní brašně a ještě jednom příručním zavazadle. Všichni respondenti uvedli, že většinu důležitých věcí měli zdvojenou a převáželi spíše věci, které měli rádi (hračka, oblíbený kus oblečení) nebo potřebovali ke svému koníčku (housle).

Poměrně podstatnou se ukázala být **vzdálenost bydlišť rodičů**, mezi nimiž se děti přesouvaly. V případě Celestýny byla bydliště tak blízká, že si respondentka nebyla schopná na vzdálenost vzpomenout, jelikož ji vůbec nevnímala a nezamýšlela se nad ní. Druhým extrémem byla vzdálenost 60 kilometrů, která se respondentce Beatě jevila jako velmi nepříjemná zvláště z důvodu dojíždění do školy – na popud matky byla umístěna blízko u jejího bydliště a daleko od bydliště otce. Zbylí dva respondenti popisují vzdálenost jako přijatelnou (cca do hodiny cesty MHD).

**Škola** se u Andrey, Celestýny a Doriany vybírala tak, aby byla na půl cesty mezi rodiči, tedy s ohledem na dítě. Ve výše zmíněném extrému byla škola Beaty umístěna od otcova bydliště 2 hodiny cesty městskou hromadnou dopravou; zde je viditelná matčina preference vlastního pohodlí a snaha znepříjemnit dětem pobyt u otce. Kvůli stěhování matky dál a dál od otce se Beatina škola mezi jejím 13. a 15. rokem dokonce dvakrát změnila. Nikdo z respondentů ale nenavštěvoval dvě školy současně.

**Kroužky** se rodičům podařilo zařídit tak, aby děli nebyly střídavou péčí limitovány (např. kroužky se zapisovaly přímo na škole, kde děti studovaly). Někteří rodiče trávili svůj volný čas společně s dětmi (např. Andrea zmínila turistiku), někteří o to zájem neměli a doma čas skoro netrávili (např. Beatina matka).

**Celková komunikace a koordinace střídavé péče** nečinila problém pouze jednomu rodičovskému páru, zde do podoby střídavé péče od věku 13 let zasahovala i samotná Celestýna podle potřeby. U zbylých tří rodin byla podoba střídavé péče poměrně rigidní. Ve větší či menší míře se tu také objevovaly hádky o finance, výchovu i střídavou péči samotnou. V případě Andrey rodiče nebyli vůbec schopni spolu komunikovat přímo, tak si přes dceru posílali ústní a papírové vzkazy. Nedostatečná schopnost dohodnout se se svým bývalým partnerem je respondenty hodnocena jako nejslabší místo střídavé péče.

Ve dvou případech se oba rodiče sestěhovali se svými **novými partnery**; spolu s nimi získali Beata a Celestýna také nové **nevlastní, případně polorodé sourozence**. V případech Andrey a Doriany rodiče respektovali původní podobu rodiny a nové partnery svým dětem domů nevodili, případně žádné ani neměli. Respondenti vznik nových vztahů a rodin vnímají různě: co je pro Celestýnu obohacením, bylo by pro Andreu ohrožením její pozice – a je tedy ráda, že v jejím životě tato situace vůbec nenastala.

**Ukončení střídavé péče** mělo víceméně shodnou příčinu – odstěhování se od rodičů. U Beaty k tomu došlo už v 18 letech a respondentka s sebou odvedla i svou tehdy šestnáctiletou sestru. U Andrey a Celestýny byla střídavá péče ukončena v době studia vysoké školy, případně navazujícího sestěhování se s partnerem. V případě Doriany střídavá péče stále trvá, přičemž on (v současnosti student prvního ročníku vysoké školy) v dohledné době nepřemýšlí o jejím ukončení.

### 3.3.2 Ambivalence střídavé péče

Během střídavé péče se respondenti setkávali s různými pozitivními, neutrálními i negativními stránkami tohoto rodinného uspořádání. Během života se jejich postoj ke střídavé péči určitým způsobem proměňoval a možná i na základě toho byli schopni zformulovat vlastní alternativní varianty střídavé péče.

#### *Vnímaná pozitiva během střídavé péče*

Respondenti si byli vědomi toho, že střídavá péče přinesla své benefity i rodičům. Zmíněna byla **lepší časová organizace povinností** (rodič může uklidit a zařizovat pochůzky během svého volného týdne bez dětí) a větší možnost **seberealizace a odpočinku** (volnočasové aktivity, společenský život).

- *Beata: „Vím, že táta občas mluvil o tom, že má víc času na práci, že nemusí spěchat domů, nebo neřešil, že když nám je špatně, že nás vyzvedává ze školy, a tak podobně, že měl možná víc prostoru být... být... ten kdo je, a ne se vázat na nás.“*

Většina vnímaných pozitiv se týkala prožívání samotných dětí. První pozitivum, které si respondenti se střídavou péčí spojili, byl **úbytek hádek mezi rodiči**. Rozpory v některých

případech přetrvávaly, ale děly se v menší míře. Respondenti v souvislosti s tím popisují pocity úlevy.

- *Andrea: „Protože to, co si pamatuju, tak se rodiče hádali a... potom, když začali bydlet od sebe, tak já jsem si vlastně hrozně oddechla, takže tohle to přece jenom trošku ubylo...“*

Dalším pozitivem bylo podle respondentů **spravedlivé rozdělení času s rodiči** na dvě stejně velké poloviny. I v mladém věku děti intenzivně vnímaly, zda se některý z rodičů cítí ošizen, a soucítily s oběma rodiči. Respondenti chápali, že rodiče by chtěli být se svými potomky stále, ale museli se jich pravidelně vzdávat ve prospěch svého bývalého manžela nebo manželky. Interpretují to tedy jako schopnost částečně potlačit své ego ve prospěch jiných. V souvislosti s tím respondenti popisují, že zvláště v mladším školním věku jim připadalo přirozené, že tráví s oběma rodiči stejně času a nepozastavovali se nad možností výhradní péče. Zpětně oceňovali právě to, že se díky střídavé péči s rodiči vzájemně neodcizili.

- *Dorian: „Že jakoby, hlavně tam je ten důraz na to, že člověk je s **oběma** rodičema, že.. si toho druhého rodiče **neodcizí**. Myslím... Takhle. Myslím, že kdybych byl u jednoho rodiče a neměl tu střídavou péči, tak že bych si toho druhého asi odcizil.“*

Jako další pozitiva byla respondenty vnímána **blízká vzdálenost** bydlišť rodičů, **vhodně zvolený interval, den a čas střídání** a **stálost školy i kroužků**. Týden je v naší společnosti vnímán jako ucelená časová jednotka, dětem tedy během střídavé péče dávalo smysl střídat se po 7 či 14 dnech – a to právě na konci týdne či na jeho začátku.

- *Celestýna: „No, mně ten tejden přišel dobrej v tom, že je to takový ucelený. Že tejden chodím do školy z jednoho místa, pak je víkend a o víkendu se vždycky něco.. něco dělo, že jo, a pak vlastně ten převoz v tý neděli, to bylo tak nějak přirozený.“ [Odmlčí se.] „Nikdy mě nenapadlo, že by na tom bylo něco špatně. Možná proto, že jsem na to byla tak zvyklá odmalička, že mě ani nenapadlo o tom nějak přemýšlet.“*

Respondenti oceňovali i **flexibilitu** střídavé péče; v případě, že jeden z rodičů byl nemocný, neměl čas, nebo byl dokonce nezvěstný, druhý rodič ho zvládl bez problémů zastat. Flexibilita se netýkala jen řešení problémů, ale i možnosti přizpůsobit svátky



a prázdniny tak, aby děti měly co největší užitek. S tímto pozitivem souvisí i **možnost dítěte zasahovat do podoby střídavé péče** a operativně ji přizpůsobovat svým povinnostem i zájmům. Empatický přístup rodiče může zprostředkovat dítěti tuto možnost i skrze maličkosti, např. netrvání na opakovaném vybalování a zabalování těch věcí, jejichž manipulace nedává logický smysl a dítě pouze zatěžuje.

- *Andrea: „A... to, že rodiče byli od sebe, tak většinou si mohli vzít týden dovolenou a ten druhý byl v práci, takže to jako ničemu nevadilo, takže my jsme byli na celý prázdniny někde, že prostě jsme byli s **mámou** někde, pak jsme jeli na tábor, pak jsme byli tejdén s **tátou**...“*

Kladně vzpomínali respondenti i na **spolupráci rodičů**. Skutečně dobrá a nekonfliktní byla pouze v případě Celestýny. **Schopnost komunikace a kompromisu** ale oceňovali respondenti i v případech, kde byla atmosféra plná konfliktů; spolupráce je zvláště cenná právě v případech, kdy jsou přítomny intenzivní negativní emoce. Děti tedy viděly, že ačkoli spolu rozvedení rodiče v mnohém nesouhlasili a hádali se, dokázali dojít k nějakému cíli.

- *Celestýna: „Jako snažit se asi komunikovat s těma rodičema, pokud to jde, protože je pravda, že já mám ve svojí rodině mimořádný štěstí na normální lidi. Vím o tom, že existují lidi, který nejsou schopný se domluvit, a tam **fakt, fakt** nevím...“*
- *ŠJ: „No že v tý střídavý péči je spousta věcí ohledně výchovy, na který se rodiče musí dohodnout... škola, kroužky, finance... Tak jak tohle vypadalo...“*  
*Dorian: „Spíš se dohodli. V tomhle tom se shodli. Ale... nebylo to úplně **hladký** shodnutí, ale **shodli** se, ve výsledku.“*

Pozitivně byla hodnocena **přítomnost i nepřítomnost nového partnera rodičů**, včetně dalších nevlastních sourozenců. Zatímco Celestýna oceňovala rozmanitost a schopnost nových partnerů zkoordinovat výchovu s biologickými rodiči, ostatní respondenti tento pohled a zkušenost nesdíleli.

- *Andrea: „My jsme měli možná jednu obrovskou **výhodu** – tím, jak jsme pendlovali mezi těmi dvěma byty, tak ti rodiče si našli, jako, partnera, ale... Nikdy za tu dobu, co my jsme byli nezletilí, tak jakoby spolu nebydleli. Nezaložili si další rodinu. Jsme **jenom my dva**. Táta ani máma prostě nemají dalšího potomka. Myslím si, že v okamžiku, kdy by měli, tak my vlastně... nebo já bych to asi tak vnímala, že prostě člověk ztratí ten domov.“*

### ***Vnímaná negativa během střídavé péče***

Jako první negativum, se kterým se respondenti setkali, bylo právě **neoznámení střídavé péče**, která se „*prostě stala*“. V dalších případech, kdy oznámena byla, ale **nedošlo k jejímu řádnému vysvětlení** – dítě mělo pak přirozeně obavy a cítilo se nejistě. Tyto momenty přispěly k nepříjemnému **pocitu neovlivnitelnosti střídavé péče**, který přetrvával i dlouho poté, co rodiče dětem oznámili, že kdyby jim to nevyhovovalo, mohou se ozvat.

- *Andrea: „V okamžiku, kdy my jsme se museli prostě každý týden měnit, tak já jsem vlastně nevěděla **proč**, ze začátku, protože nám to nikdo nevysvětlil, ze strany rodičů nebo ...si to aspoň nepamatuju nebo to bylo nedostatečný.“*

Navazující negativum se týká **zvolení intervalu a dne střídání, který dítěti nevyhovoval**. Špatně zvolený byl v jednom případě i čas, který byl velmi nepraktický (brzké odpolední hodiny). Nepraktičnost se týkala i **velké vzdálenosti bydlišť rodičů** u Beaty, nutnosti dlouho dojíždět do školy a dále toho, že se např. Andrea s bratrem museli **stěhovat sami**. Všechny tyto obtíže se vzájemně násobily; dítě tak muselo vynakládat velké úsilí na to, aby se s nimi všemi vyrovnalo. Není překvapením, když z tohoto nesmyslného stresu dítě obviňuje právě střídavou péči.

- *Andrea: „Pak se to změnilo na neděli v sedm večer, což bylo lepší, ale pořád tam byly hrozný popotahovačky, a **myslím** si, že rodičům vadilo, že se musejí potkat. Tak nakonec se to zařídilo tak, že my jsme se vyměnili v pondělí, sami, ale obnášelo to to, že jsme v pondělí do školy nesli plnou aktovku a spoustu jiných věcí.“*
- *Beata: „Na druhém stupni jsem dojížděla skoro 2 hodiny, měla jsem... Jelo se zkrátka dlouho, tam i zpátky vlastně, což 4 hodiny, z rozvrhu běžného osmáka deváťáka už moc nezůstane.“*

Jako velmi zatěžující byla popisována i **opakovaná změna školy a bydliště rodičů**. Důsledkem nestability fyzického prostředí byla mimo jiné i nestálost sociálního prostředí a **nemožnost udržet si stále kamarády** mezi spolužáky a vrstevníky.

- *Beata: „Ne, školu jsme měnily dvakrát, jestli si vzpomínám správně, vždycky to bylo z rozhodnutí matky, protože se přestěhovala někam jinam a vynutila si přesun i nás, aby to měla blíž.“*

➤ ŠJ: „Co pro Vás na tý střídavce bylo nejtěžší?“

Beata: „Neměly jsme stabilní kamarády. Nebylo možné udržet si přátelství, se čtrnáctidenním odstupem.“

Když se pak respondenti před dospělými osobami zmínili, že mají rozvedené rodiče a jsou ve střídavé péči, setkávali se pouze s lítostivými reakcemi. Podle respondentů tito lidé rozvod vnímají jako smutný a střídavou péči jako neznámou a tedy špatnou. Jako jednoznačné negativum tedy respondenti vnímali **raritě střídavé péče**, neboť i mezi vrstevníky bylo obtížné či přímo nemožné najít kohokoli, kdo by měl podobnou zkušenost a mohl poskytnout oporu a skutečné porozumění. Reakce lítosti pak pouze zvyšují v dítěti pocit osamocení, neboť nenalézá potřebnou podporu.

Mezi dalšími negativy se opakovaně objevila i nevýhodnost střídavé péče pro páry, které mají velké obtíže se společně dohodnout na dalším osudu svých potomků. **Neschopnost kompromisu a nekonstruktivní komunikace** u Andrey vyústila v již zmíněné posílání ústních a písemných vzkazů přes dítě.

Tyto problémy mohou dále gradovat: hádky, zneužívání střídavé péče, zatajování důležitých informací, přetahování se o finance, pomlouvání druhého rodiče, snaha prezentovat se v co nejlepším světle, nekonzistence ve výpovědích rodičů. Všechny zmíněné věci respondenty hluboce zasáhly a v některých případech si nesou **přetrvávající emoční zátěž** dodnes.

➤ Andrea: [Velmi pozitivním až veselým tónem, s usazenými očima pokračuje.] „Je to tak... Je to těžké o tom mluvit, nicméně... už jsem prostě s těma věcmi smířená, jenom... prostě vzpomínky vyvolávají... takovýhle reakce občas, no.“

Respondenti popisovali i to, že během konfliktů s jedním rodičem najednou **scházel mediátor**, který by se dítěte zastal nebo mu věc vysvětlil z jiného úhlu pohledu. Tuto roli v kompletní nukleární rodině zastává v onu chvíli druhý rodič; tato varianta ale po rozvodu už není možná, neboť ani nový partner biologického rodiče není v dostatečně pevné pozici, aby mohl být mediátorem. Na jakékoli neshody s biologickým rodičem je tedy najednou dítě samo.

Posledním negativem je jev, k němuž dochází až ve vyšším věku dítěte. Jedná se o účast rozvedených rodičů, případně jejich nových rodin na **unikátních událostech jejich společného potomka**. Těmito speciálními a neopakovatelnými chvílemi bývá

např. maturitní ples, promoce nebo svatba a rodiče chtějí být zpravidla přítomní. V tu chvíli nastává problém: obě rodiny jsou v hlavě dítěte jakoby v oddělaných světech a ač obě fungují skvěle, jejich podstatou je právě jejich separace. Setkání těchto dvou rodin v reálném světě může dítěti způsobit mnoho stresu, a to i v případě, že mezi nimi nehrozí žádný konflikt.

### ***Dnešní pohled respondentů na střídavou péči***

Jak již bylo několikrát zmíněno, pohled jedinců, kteří střídavou péčí znají z pozice dětí, prochází určitým vývojem.

Zpočátku všichni respondenti zaznamenali pocity **zmatení**. Většina z nich pak zažívala také **nejistotu a bezmoc**, jež ústila v **nevoli** vůči střídavé péči. Tyto pocity s časem slábly a ustupovaly do pozadí, zatímco je nahradila **smířenost** s neovlivnitelností situace a přizpůsobení se vnějším okolnostem a požadavkům.

Tři ze čtyř respondentů retrospektivně popsali střídavou péči jako **nejlepší možné řešení, které bylo v tu chvíli k dispozici**. Ambivalenci tohoto prohlášení pak podtrhuje fakt, že Andrea ale zároveň zdůraznila, že to nejlepší v dané situaci bylo paradoxně pořád velmi nepříjemné a stresující. Pouze u Beaty k posunu takřka nedošlo, střídavou péči vnímala celou dobu jako **špatné a sobecké rozhodnutí** a za svým názorem si stojí i dnes. I přesto ale zpětně ocenila i nepříliš obratnou snahu svého otce o rodinný život, kterou v době svého dospívání vnímala jako trapnou a zbytečnou.

- ŠJ: „*Kdybys mohl ted' oslovit rodiče, kteří se rozhodují mít děti ve střídavý péči, co bys jim poradil?*“  
*Dorian: „Aby tu střídavou péči dali!“ [Zasměje se.]*
- Andrea: „*Já si... Upřímně, myslím si, že střídavá péče je úplně na hovno. Ale bylo to v ten okamžik to nejlepší možný řešení, který bylo nasnadě.*“
- Beata: „*Já, kdybych měla chtít něco pro svoje děti, tak je to dětský domov, a ne střídavá péče. Protože tam aspoň stabilně někoho maj.*“

Přímou či relativní spokojenost se střídavou péčí vyslovovali respondenti zvláště při zvažování dalších alternativ péče o děti po rozvodu. Jeden z důvodů, proč tedy střídavou péči hodnotí lépe než ostatní varianty až retrospektivně, má patrně příčinu ve skutečnosti, že jakožto děti neměli patřičný přehled o tom, jak ony alternativy mohou vypadat.

Jak je ale vidět z analýzy jejich odpovědí, jsou si vědomi toho, že střídavá péče má svou ambivalenci a prostor ke zlepšení. Jako její první alternativu zmínili respondenti variantu zmíněnou v teoretické části této práce: **děti bydlí v jednom bytě, v němž se střídají rodiče**, kteří musí mít zároveň každý svůj vlastní další byt. Tato varianta se jim jeví jako nejméně sobecká a nejvíce ohleduplná vůči dětem.

Další možné úpravy se týkaly **intervalu střídání**. Zatímco pro jedno dítě může být týden tak akorát, jinému se může tato doba jevit jako zbytečně krátká, neboť hlavní negativum vidí v opakovaném balení a stěhování svých věcí – zde by byl řešením např. interval dvou týdnů.

Třetí alternativa zamýšlela poskytnout dětem více jistoty a řádu skrz poměrně kreativní střídání: **přes pracovní týden by dítě bylo s jedním rodičem, o víkendu s druhým**. Aby se ale jeden z rodičů necítil příliš vytížen nebo ošizen, po určitém čase (např. půl roce) by se tento model obrátil. Andrea, která tento model navrhla, jako hlavní výhodu viděla menší organizační zátěž dítěte (např. že nemusí každý den přemýšlet, k jakému rodiči má jít po škole) a větší pocit jistoty pramenící z toho, že každý týden vypadá stejně.

Všichni respondenti ve svých výpovědích uvedli, že si jsou vědomi toho, že ideální a **univerzální varianta střídavé péče (či péče po rozvodu obecně) neexistuje**. Měla by se tedy operativně přizpůsobovat finančním možnostem, vzdálenosti bydlišť rodičů a jejich schopnosti vzájemné komunikace a spolupráce – a samozřejmě také osobnosti samotného dítěte. Pakliže není pro dítě přijatelná žádná její varianta, navrhovali respondenti výhradní péči jednoho rodiče nebo dokonce dětský domov (viz výše); hlavním důvodem této volby by byla snaha poskytnout dítěti co nejstálější zázemí, byť na úkor kontaktu s rodiči.

### 3.3.3 Vyrovnávání se s ambivalencí a zátěží

Jak vyplynulo z výpovědí respondentů, střídavá péče jako taková nemusí být dítětem automaticky vnímána jako zátěž; zátěžovou se stává v případě výskytu jevů, které jsou daným dítětem prožívány negativně. Tato negativa se mohou samozřejmě vyskytnout i v jiných typech rodinné péče o děti, a to nejen porozvodové. V případě střídavé péče se ale zdá, že jsou tyto problémy značně umocňovány vyššími nároky na dlouhodobou spolupráci rodičů. Pakliže je tedy dítě i po jejich rozvodu vystavováno konfliktům, jež nemůže nijak ovlivnit, ocitá se pod značným psychickým tlakem. Při jeho kontinuálním působení se bude

snažit najít si způsoby, jak se ním vyrovnat alespoň v krátkodobém měřítku – tyto způsoby můžeme nazývat copingové či obranné mechanismy.

Způsoby, jakými se respondenti vyrovnávali se zátěžovými situacemi, byly po analýze sdruženy do 6 skupin:

1. Odvedení pozornosti nebo vybití emocí skrz zástupnou aktivitu.
2. Uzavírání se do sebe.
3. Hledání bezpečného, kontrolovaného prostředí.
4. Hledání sociální opory.
5. Racionalizace.
6. Zaměření se na současné a budoucí.

### ***Odvedení pozornosti nebo vybití emocí skrz zástupnou aktivitu***

Respondenti se snažili zabavit jinou činností, která by jim pomohla sebrat více síly na vyrovnání se s nepříjemnou situací; příkladem jmenujme kreslení a čtení. Jmenované činnosti mohly sloužit i k navození příjemných emocí. Podobně respondentům sloužila náročnější fyzická aktivita, cvičení nebo sport. U všech zmíněných aktivit je také možné si emoci bezpečně a kontrolovaně uvolnit, vybit.

- *Celestýna: „Já jsem byla vždycky dost introvertní, takže já jsem spíš někam zalezla a něco jsem třeba kreslila nebo něco takovýho.“*

### ***Uzavírání se do sebe***

U všech respondentů se v dětství v různé míře vyskytlo uzavírání se do sebe, jež se projevovalo nesvěřováním se s problémy ani emocemi, a to ani nejbližšímu okolí.

Většinou se respondenti prý nesvěřují ani dnes; nicméně tři respondentky zároveň uvedly, že když se cítí být se stresu, „vypovídají se“ svému příteli. Jednou z možností tohoto posunu je postupné vyzrávání osobnosti; v kontextu ostatních faktorů je ale pravděpodobnější, že během svého dětství jednoduše jen neměly kolem sebe dostatečně důvěryhodnou osobu, které by se mohly beze strachu otevřít a přiznat svou zranitelnost.

- *Nedokončené věty: „Když mě něco trápí...“*
  - *Andrea: „...tak se uzavírám do sebe.“*

- *Celestýna: „...mlčím.“*
- *Dorian: „...tak s tím jdu za mamkou, nebo to nějak přejdu.“*
- *Nedokončené věty: „Svoje starosti často...“*
  - *Andrea: „...si nechávám pro sebe. Anebo je vypovídám příteli.“*
  - *Beata: „...neříkám nahlas.“*
  - *Celestýna: „...svěřuju svému partnerovi.“*

### ***Hledání bezpečného, kontrolovaného prostředí***

Ve chvílích zátěže se respondenti snažili zakotvit v bezpečném prostředí, ovšem ne vždy se to podařilo. Pakliže bylo možné mít bezpečný, od rodiny izolovaný koutek doma, kde mohlo být dítě svým vlastním pánem, dítě ho využilo; pakliže k dispozici nebyl, uchýlovalo se mimo domov.

Nejčastěji praktikovanou variantou byla u respondentů procházka venku v přírodě. Mezi další příklady by patřilo klidné prostředí u prarodičů. Když ani tyto možnosti nebyly dostatečné, přikračovalo se k radikálnějším prostředkům: útky z domova, snaha odejít na internátní střední školu do vzdáleného města, a dokonce odstěhování se ihned po dosažení zletilosti.

- *Andrea: „Ale... možná prarodiče. Že to byl takovej jako trošku únik od reality, když jsem byla u nich, že jsem na to jako mohla trochu zapomenout...“*
- *Beata: „Já jsem se chodila toulat pryč, ven. To byl můj únik.“*

### ***Hledání sociální opory***

Výraznou skupinou u všech respondentů bylo vyhledávání sociální opory, ať už vně nebo uvnitř rodiny. Jako důležitý faktor zde byla důvěra v rodiče – pakliže dítě vidělo, že se chovají nedospěle a nedokáží vyřešit své vlastní problémy, nemělo víru v to, že by mu dokázali pomoci.

- *ŠJ: „Jaký jste tehdy měla vztah s mámou a s tátou?“*  
*Andrea: [Důrazně, s nepřirozeným úsměvem.] „Špatný, s oběma.“*  
*ŠJ: „Jak se to projevovalo?“*

*Andrea: „Já jsem se s nima nebavila.“ [Odmlčí se.] „Nebo, tak jako jsem si s nima nesvě... nesvěřovala jsem se jim se svojíma problémama, protože jsem věděla, že nezvládaj ty svoje... Doted' se jim nesvěřuju. Nebo jenom s takovým tím základem...“*

Jako další možná opora přichází na mysl sourozenci, jediní rodinní příslušníci nukleární rodiny, kteří během střídavé péče spolu zůstávali stále. Všichni sourozenci respondentů byli mladší než oni, jakožto starší sourozenci na sebe tedy vzali část zodpovědnosti a úlohu toho silnějšího.

Jak také bylo zmíněno výše, děti ve střídavé péči jen zřídka naleznou skutečně empatickou podporu a pochopení, ať už mezi vrstevníky nebo dospělými. Výsledkem tedy může být pocit, že jediné, na koho se může spolehnout, je ono samo. Postupně tak přebírá víc a víc odpovědnosti samo za sebe (případně za své sourozence) a dospívá předčasně.

➤ *ŠJ: [Tiše.] „Jak se to projevuje, když člověk musí předčasně dospět?“*

*Andrea: „Nu... Tak berete zodpovědnost za svého mladšího sourozence... Aah... Přestává vás bavit hrát si s hračkama... Vnímáte prostě nějaký takový věci, co se týká financí... Nebo toho stěhování...“*

Ve výzkumném souboru se ale nalézali i ti, kterým se oporu nalézt podařilo. Na prvním místě během dětství byli rodiče, kterým ani nebylo nutno se přímo svěřovat, respondentům stačilo i vědomí, že kdyby potřebovali, jsou tu pro ně. S přibývajícím věkem získávali na důležitosti vrstevníci; nebylo nutné se s nimi bavit přímo o svých problémech, oporu cítili i skrze přátelské souznění.

➤ *Celestýna: „A vím, že s obouma rodičema jsem mohla kdykoli o čemkoli mluvit, ale nevím, jestli jsem to úplně moc často dělala... Vím, že tam ta možnost **byla**, a to pro mě bylo důležitý, že jsem věděla, že... kdyby se něco dozvěděli, tak to nebyl problém.“*

➤ *Dorian: „Asi tu mamku.“ [Odmlčí se.] „Jakože s těma problémama třeba jako... občas jsem se... sám jsem nepřišel, že bych se přišel bavit o tom, ale jakože občas, když ta mamka poznala, že se něco děje, tak se snažila to ze mě jako vytáhnout, tak.. pak jsem se spíš bavil s ní o tom. Než jakoby s někým jiným.“*

V současnosti je pro tři respondentky nejdůležitější sociální oporou jejich životní partner. Mají možnost s ním verbalizovat své emoce i myšlenky a skrz vzájemnou důvěru čerpat



podporu. Jak tedy bylo již řečeno výše, nevyužívání sociální opory tkvělo spíše v její nedostupnosti než nezájmu respondentů.

### ***Racionalizace***

V této skupině se nachází způsoby, jakými respondenti racionalizovali a interpretovali chování svých rodičů. Zvažovali, co je vedlo k jejich činům v minulosti, jak by se oni sami asi chovali na jejich místě. Přestože s jejich rozhodnutími nesouhlasili nebo se jim jejich chování nelíbilo, projevovali vysokou míru empatie a porozumění např. s jejich rozvodem, se záští k bývalému partnerovi, s rozhodnutím pro střídavou péči, dokonce i s chováním, které je jako děti zraňovalo.

- *Andrea: „Ale ono to je asi, nevím, i, je to hrozně těžký, vzdát se vlastních dětí, na to, aby člověk řekl ‚dobře, tak já jim nechci udělat tohle, tak je budu mít jen na víkend‘, myslím si, že je to hrozně těžký, a, možná až nefunkční, ale...“*
- *Celestýna: „No, když si představím, že by můj rodiče zůstali spolu, tak si neumím představit, že by to bylo v pořádku. Oni by vedle sebe asi dokázali žít, ale asi by je to moc nebavilo...“*

Racionalizace se ve výzkumu vyskytla pouze v souvislosti s rodiči, kteří jakožto iniciátoři rozvodu a střídavé péče byli vlastně příčinou ambivalence v životě dítěte. Funkcí racionalizace skrze empatii s rodiči bylo patrně zachování kladných pocitů vůči rodiči, oproštění se od obviňování rodiče a přičítání jeho nedostatků více vlivu situace než osobnosti rodiče. Zvláště s časovým odstupem respondenti oceňují i pouhou snahu rodičů, nikoli pouze výsledek.

- *Beata: „V dobách, kdy jsme trávili čas společně, jsme si nerozuměli. Ani jeden z nás nechápal toho druhého a... táta se snažil hodně silou to držet pohromadě, což nefungovalo, rozhodně ne v našem věku a s dvěma děvčaty, takže... To pochopitelně nebylo úplně, úplně jednoduché, ale... Pohledem zpátky na tu celou situaci je.. dobré, že to vůbec **ustál**.“ [Zasměje se.] „Myslím, že ani on nebyl v úplně jednoduché situaci... a bylo asi i pro něj těžké se s tím nějak.. poprat.“*
- *Beata: „Táta se snažil o nějaké společné večere a snídaně, což my jsme v tom věku.. úplně bojkotovaly...“ [Zasměje se.] „...ale myšlenka to byla moc pěkná a.. ted' dává smysl, zpětně.“*

### ***Zaměření se na současné a budoucí***

U respondentů se objevoval poměrně specifický postoj k životním zkušenostem a životu obecně. Z hlediska časové perspektivy se zaměřovali převážně na současnost a budoucnost, minulost byla značně upozaděná. Respondenti uváděli, že si toho ze svého dětství příliš nepamatují, první zřetelnější vzpomínky jsou spojené většinou s rozvodem rodičů a hádkami. Beata dokonce sama řekla, že jako obranný mechanismus jí slouží zapomínání a chce cíleně zapomenout na celé své dětství. Neznamená to, že by se vytěšňování nepříjemných vzpomínek vyskytlo jen u ní, pouze jako jediná dokázala tento jev pojmenovat.

- *Beata: „Já.. cíleně.. jsem zapomenout chtěla. A zpětně, ať už chci nebo nechci o tom přemýšlet, tak je to nekompletní. Všechno. Myslím, že se mi to možná podařilo uložit někam, odkud se to nedá vyhrabat, a jsem za to ráda. Možná proto nejsem dobrým partnerem pro rozmluvu se sestrou o tom, co bylo, protože... ona naopak umí postavit zeď a přes to už nepřelézá. Já to v té hlavě už prostě nevyhledám.“*

Respondenti také uvádějí, že si o svém dětství a střídavé péči s nikým takřka nepovídají, a to ani se svými sourozenci. Jedná se pro ně převážně o uzavřenou část jejich života, za kterou udělali „tlustou černou čáru“, poučili se z ní a své naděje upírají k životu v dospělosti. Střídavou péči a své dětství většina bere jako něco, s čím je nutné se smířit, ale oprostít se od toho, nepřemýšlet nad tím.

#### **3.3.4 Rada pro rodiče a děti ve střídavé péči**

Respondenti byli v rámci rozhovoru požádáni o formulaci rady, kterou by mohli upotřebit rodiče a děti ve střídavé péči. Rodiče by se podle respondentů měli především vyvarovat hádek před dětmi a vzájemného pomlouvání či shazování. I když už nejsou partneři v životním vztahu, jsou stále partneři ve výchově svých potomků, respektující komunikace a kompromis jsou tedy nutností. Měli by se zkusit vcítit do situace dítěte, které miluje oba své rodiče a potřebuje vědět, že se o své rodiče může opřít. Rodiče mu mohou mnoho ve střídavé péči usnadnit tím, že se ho budou ptát na jeho pocity, myšlenky a názory a ujistí se, že se doma cítí bezpečně.

Formulace rady pro děti byla pro respondenty značně náročnější, neboť oni sami často pociťovali bezmoc. V první řadě by si mělo být dítě vědomo toho, že když nebude s rodiči komunikovat, šance na změnu v jeho prospěch je nulová, musí tedy být odvážné a svoje výtky vůči novému rodinnému uspořádání formulovat nahlas. Také by ale nemělo zapomínat na empatii s rodiči a to, že v náročné situaci jsou na jedné lodi.

### 3.3.5 Doplnková samostatná analýza Nedokončených vět

Většina obsahu *Nedokončených vět* poměrně přesně kopírovala výpovědi jednotlivých respondentů v rozhovorech (viz citace výše) a samostatná analýza tedy byla vypracována pouze pro položky s velkou shodou mezi respondenty navzájem.

Největší shodu v odpovědích respondentů zaznamenala položka č. 4: „*V partnerském vztahu je nejdůležitější...*“. Odpovědi byly následující: komunikace a možnost kompromisu, důvěra, důvěra, pochopení. Tuto shodu podtrhuje i skutečnost, že se velmi podobá radě, kterou respondenti dávali rodičům s dětmi ve střídavé péči.

Vícero položek se také setkala s odpovědí, která ukazuje přání mít s rodinou bližší a lepší vztahy, či vyjádření lítosti nad tím, že vztahy v rodině nejsou dobré. Důležitost vztahů obecně ukazuje i položka č. 24: „*Nejvíce se bojím...*“. Zde většina respondentů uvedla ztrátu blízkých osob, osamocení.

Jako položka s obzvlášť velkou výpovědní hodnotou se ukázala být nedokončená věta č. 23: „*Když jsem byl malý/malá, moje největší přání bylo...*“. Tři ze čtyř odpovědí se týkaly odstranění negativních situací a vzpomínek, zvlášť na hádky rodičů. Pouze jedna odpověď byla tzv. banální, vyjadřovala Celestýnino přání být zvěrolékařem. Tyto tzv. banální odpovědi jsou při vyhodnocování *Nedokončených vět* odsouvány stranou, protože z diagnostického hlediska neunesou přílišnou hodnotu. Výzkumník se zaměřuje na odpovědi, které jsou nějak odlišné, atypické. V tomto případě nám tato položka ukazuje, kolem čeho se točil život dítěte. Pouze v jednom případě to bylo zaměření se na sebe a svou seberealizaci, ve zbytku se jednalo o stresující rodinné prostředí, které dítěti stáčelo fokus směrem k ostatním osobám, a na seberealizaci bylo z toho důvodu méně prostoru.

## 4 DISKUZE

Výzkumná část této práce měla odpovědět na stanovené otázky:

1. *Jakou podobu měla střídavá péče respondentů?*
2. *Jak vnímali střídavou péči sami respondenti?*
3. *Jak se respondenti během střídavé péče vyrovnávali se zátěžovými situacemi?*

Prostřednictvím analýzy semistrukturovaných rozhovorů se čtyřmi respondenty a projektivní diagnostické pomůcky *Nedokončené věty* byla nejprve zmapována konkrétní podoba jejich střídavé péče. Následně bylo popsáno subjektivní pojetí a prožívání střídavé péče respondenty. Třetí otázka pak byla zodpovězena a dále rozvinuta do konkrétních připomínek ke střídavé péči.

Konkrétní podoba a organizace střídavé péče u jednotlivých respondentů měla své shodné i rozdílné body, většinově ale potvrzovala trendy popsané v teoretické části (např. Novák, 2013). Rodiče bydleli každý ve svém bytě, dítě (případně se sourozencem) přejíždělo mezi těmito dvěma místy ve stanovených intervalech týden či dva týdny. Vzdálenost mezi bydlišti byla do 60 kilometrů, tedy maximálně hodina cesty. Převážných věcí bylo málo, většinově se rodiče postarali o zdvojení vybavení. Všichni respondenti navštěvovali současně pouze jedno školské zařízení, které bylo navíc voleno s ohledem na vzdálenost od obou bydlišť rodičů. Ve dvou případech byli do rodiny přivedeni noví partneři rodičů, ve dvou případech zůstali partneři stranou, případně vůbec nebyli dětem představeni.

Na zvlášť velké interindividuální rozdíly ale ukázala až analýza prožívané ambivalence střídavé péče u jednotlivých respondentů. Nejen, že jeden jev může být rozdílnými dětmi prožíván odlišně (kladně versus záporně), ale i samotný jedinec může jeden jev prožívat více způsoby (např. vyjádření, že střídavá péče byla nepříjemná, ale zároveň se jednalo o nejlepší možné řešení). Ač je výzkumný vzorek malý, je zároveň velmi rozmanitý a jakožto kvalitativní sonda do problematiky tedy pokrývá širokou paletu možných situací, které mohou děti ve střídavé péči zažít. Tato zjištěná rozmanitost potvrzuje názory autorů v teoretické části (Novák, 2013; Novák, Corradiniová & Vypušťák, 2015) – a sice že při stanovování střídavé péče je nezbytné brát v úvahu individuální zdroje a překážky všech zúčastněných včetně samotných dětí.

Nalezení odpovědi na to, jaké copingové strategie (neboli strategie zvládání zátěžových situací) respondenti jako děti používali, se ukázalo být výrazně obtížnější než zodpovězení prvních dvou výzkumných otázek. Možných příčin je hned několik.

Za nejpravděpodobnější příčinu považuji skutečnost, že téma zvládání zátěže mezi laickou veřejností není příliš diskutované; a pokud ano, týká se spíše dospělé části populace. I v odborné literatuře stojí copingové strategie dětí poněkud stranou. Důsledkem odsouvání tohoto tématu je, že ani dospělí často nejsou schopni jasně identifikovat své strategie ke zvládání zátěže, přestože si bezpochyby nějaké vytvořili; o to náročnější je pak studovat totéž u dětí. Při tvorbě otázek do semistrukturovaného rozhovoru jsem se snažila jev co nejvíce simplifikovat, ale respondenti přesto měli potíže odpovědět tak, aby to bylo relevantní k tématu (jinými slovy: neodpovídali na to, nač jsem se ptala). Ke kýžené odpovědi bylo třeba respondenty navádět poměrně konkrétními otázkami (např. se stručným výčtem možností). Při dalším výzkumu by bylo záhodno mít např. připravený výčet copingových strategií, které by mohly sloužit jako odrazový můstek pro hlubší popis. Případně by bylo možné respondenty stručně edukovat a pomoci jim ve vzpomínkách identifikovat žádoucí oblasti copingu, které jsou v laickém pojetí výrazně užší, než jak je pojímá odborná literatura.

Druhou možnou odpovědí na vyvstalé potíže může být anticipovaný problém retrospektivních výzkumů: vzpomínky s časem blednou, nevýrazné jevy a detaily jsou zapomenuty. Je možné, že v dětství respondenti využívali širokou škálu copingových strategií a obranných mechanismů, zpětně ale nejsou schopni si je vybavit (případně nejsou schopni je identifikovat jako copingové strategie, takže je výzkumníkovi vůbec nesdělí). Část těchto strategií pak také podle odborníků leží mimo vědomí, což použitými metodami zjišťovat nelze.

Handicap způsobený retrospektivní povahou výzkumu ale přinesl i jisté výhody. Respondenti sami popisovali, jak se jejich náhled na střídavou péči postupem času měnil spolu s tím, jak si jev zasazovali do širšího kontextu. Vyšší věk jim přinesl nové informace a zkušenosti, rozvoj osobnosti jim poskytl více empatický náhled a možnost podívat se na věc s odstupem. Ani jeden z respondentů v současné době nemá vlastní potomky, navzdory tomu se ale dokázali vcítit do kůže svých vlastních rodičů a možná až překvapivě realisticky zvážit okolnosti, které tehdy střídavou péči ovlivňovaly.

Jako velmi cennou hodnotím část analýzy, která shrnuje návrhy na úpravy, případně alternativy střídavé péče. Zde dokázali respondenti stručně a výstižně říci, co je pro ně na porozvodovém uspořádání stěžejní a co může jejich potřeby naopak frustrovat.

Nejvíce vyzdvihovanou hodnotou byla **schopnost konstruktivní nekonfliktní komunikace a kompromisu** rodičů, dále snaha dětem porozvodovou situaci co nejvíce ulehčit a zároveň důkladně vysvětlit; prostředkem ke znovudosažení rodinné harmonie je pak **vzájemná empatie ze strany rodičů i dětí**. Možná překvapivě je tato část v rozporu s metaanalýzou Nielsenové (2018), která tvrdí, že pro životní spokojenost a celkové prospívání dětí ve střídavé péči je mnohem důležitější kvalita rodinných vztahů, než nepřítomnost konfliktů mezi rodiči. Na základě výpovědí respondentů její závěry ale potvrdit nemohu, neboť vztahy dětí k rodičům byly přímo narušovány přítomností konfliktů a jejich špatným zvládáním. Čím hůře exmanželé své vzájemné konflikty zvládali, tím více ambivalence bylo do života dítěte vneseno – jak jsem již mnohokrát zmínila, dítě si i po rozvodu přeje, aby se jeho rodiče měli rádi nebo se alespoň tolerovali a respektovali. Když tedy potomek vidí, jak je ubližováno někomu, koho má velmi rád (rodiči 1), zhorší to jeho vztah s rodičem 2 atp.

Zjištění Špankové (2017) a Vovsové (2018) bohužel ukazují, že zvláště schopnost komunikace a kompromisu je u exmanželů výjimkou a nikoli pravidlem. Jak uvedli mí respondenti, právě míra neochoty a nesnášenlivosti mezi rodiči pro ně byla velmi bolestná, což koresponduje s výroky Hejtmánkové (2012) o typických rodičovských chybách (např. popírání rodičovských práv bývalého partnera), které děti intenzivně vnímají.

Schopnost komunikace a kompromisu by mohla vysvětlovat i překvapivě vysokou míru úspěšného praktikování střídavé péče ve Švédsku (Bergström, Sarkadi, Hjern & Fransson, 2019). Podle dat zmíněné studie soudní zásah v 88 % vůbec nebyl třeba. Bylo by jistě přínosné, kdyby další studie jako jeden z parametrů zkoumaly dobrovolnost přijetí střídavé péče rodiči a s ním související vliv na realizaci či spokojenost dětí.

Možná je na čase si totiž přiznat, že střídavá péče vnucená soudem **není** v nejlepším zájmu dítěte, pokud jsou rodiče (či jeden z nich) silně proti. Z pozice odborníků v praxi by bylo vhodné rodiče edukovat jim srozumitelnou formou (např. již zmíněné publikace Matějčka & Dytrycha, 1992; Matějčka, 2003; Nováka, 2013; Rudolpha, 2010; Warshaka, 1996; a dalších). Dle mého názoru by se určité „znalostní minimum“ mělo stát povinným pro všechny rodiče, kteří se rozvádí, aby jejich rozhodnutí byla méně založena na emocích

a více na racionálním zvážení objektivních okolností; pro jednoduchost bych tuto edukaci přirovnala k informovanému souhlasu. Pro další rozhodování o vhodnosti střídavé péče je dle zjištění Hejtmánkové (2012) velmi prospěšná také činnost mediační služby a vstřícný přístup OSPOD; respondenti našeho výzkumu se o těchto institucích vůbec nevyjadřovali a jejich zapojení tedy nemůžeme potvrdit ani vyvrátit. Plně věřím, že skutečně profesionální přístup odborníků může zmenšit nedůvěřivost či odpor veřejnosti tyto služby využívat. Multioborové propojení v tomto kontextu pokládám za naprosto esenciální.

Mnozí autoři popisují, že otcové museli vynaložit určité úsilí, aby soud, psychology a OSPOD přesvědčili o tom, že zvládnou pečovat o dítě (Novák, 2013; Vohlídalová, 2014; Španková, 2017; Vovsová, 2018). Že je tato diskriminace mužů stále aktuální a skutečně se jedná o „boj“, potvrdili dva z mých respondentů. Soudní řízení se tím pádem prodloužilo z měsíců na roky. Podle již zmíněných výzkumů se v ČR nejedná o neobvyklou praxi.

Obecně se muži staví ke střídavé péči otevřeněji než ženy, které by spíše chtěly děti mít ve své výlučné péči (Španková, 2017; Vovsová, 2018). Tyto rozdílné názory a stereotypy spojené s rolí matky a otce, jak jsou popsány v teoretické části této práce, mohou dále přispívat k prohlubování konfliktů a předsudků u laické i odborné veřejnosti, např. znalců tvořících posudky.

Informační hodnotu analýzy copingu však nenese pouze to, co v ní bylo respondenty sděleno, ale především to, co řečeno nebylo. Na otázku „*Co byste poradili dětem, které jsou ve střídavé péči?*“ všichni respondenti reagovali nejprve rozpačitě; místo konkrétní rady popisovali vlastní pocity bezmoci, případně argumentovali tím, že děti nemají na porozvodovou situaci skoro žádný vliv, takže jakékoli rady jsou vlastně zbytečné. Výzkum Bermanové (2018) ukazuje na skutečnost, že možnost ovlivňovat uspořádání střídavé péče (nebo mít alespoň možnost se k uspořádání vyjádřit) je úzce spojena s celkovou spokojeností dětí. Toto zjištění koresponduje s výroky našich respondentů: jako nejspokojenější se jevila Celestýna, která přibližně od puberty měla v plánování hlavní slovo. Kritici namítají, že když necháme dítě rozhodovat, bude pak za své činy pociťovat vinu; před touto vinou ho můžeme ochránit tím, že budeme rozhodovat za něj. Pakliže ale děti samy explicitně uvádějí přání, aby na ně byla přenesena část zodpovědnosti adekvátní jejich věku (Berman, 2018), soudím, že střídavá péče se může stát velmi účinným výchovným nástrojem, kdy je dítě postupně vedeno k samostatnosti a organizovanosti.

Získané informace z této části jsou tedy dvě. Zaprvé, 3 ze 4 respondentů byli pod silným vlivem adultocentrismu, tedy názoru, že dospělý ví nejlépe, jak dítě vnímá a přemýšlí, z čehož pak sám vyvodí, co je pro dítě vhodné. Zadruhé, děti i dospělí v ČR mají jen malé povědomí o možnostech, které může dítě ve střídavé péči využít, aby zlepšilo svou kvalitu života, byť třeba jen nepatrně. V souvislosti s hlavním tématem této práce, copingovými mechanismy, bych tedy apelovala na osvětu laické veřejnosti ohledně zvládání stresu v situacích, které se zvnějšku zdají jako neovlivnitelné. Jako cílová skupina nejsou zamýšleny pouze děti, ale i dospělí, kteří se o ně starají (rodinní příslušníci, pedagogové), protože právě oni přizívají onen pocit bezmoci a neovlivnitelnosti; a také naopak mohou přispět k uschopňování dítěte.

Hlavním limitem tohoto výzkumu je nemožnost získané výsledky generalizovat, byť jen na prostředí města Prahy. Jak bylo již zmíněno v kapitole Metodologie, kvalitativní práce s takto nízkým počtem respondentů si za cíl klade být spíše sondou do dané problematiky – identifikuje klíčové oblasti, kterými se další výzkumy mohou zabývat zacíleně a více do hloubky. V teoretické rovině: kdybych měla možnost tento výzkum zopakovat, určitě bych se zamyslela nad zvýšením počtu respondentů a více reprezentativním vzorkem (ne pouze obyvatelé Prahy a okolí, ne pouze vysokoškolsky vzdělané osoby, větší vyváženost genderu apod.).

Dalším limitem, který na analýzu mohl mít dopad, je skutečnost, že já sama jakožto výzkumník mám osobní zkušenost se střídavou péčí. Přirozeně jsem se obávala, že mé zážitky z dětství by mohly interferovat s výsledky, vedla jsem si tedy reflexivní deník, ve kterém jsem zaznamenávala své pocity a myšlenky, které vyvstávaly během práce na teoretické i empirické části výzkumu. Ač na počátku byla jejich intenzita silná a výskyt častý, s postupem času jsem se od osobních vzpomínek dokázala odpoutat a zcela se ponořit do příběhů respondentů a odborné literatury. Soudím tedy, že pro nestrannost bylo v tomto ohledu učiněno maximum.

K dalšímu zkoumání střídavé péče a jejích psychologických aspektů vyzývají zvlášť individuální předpoklady pro její úspěšnou realizaci, a to jak u dětí, tak jejich rodičů. Není nutné zdůrazňovat, jak prospěšné by pro nejen soudní praxi mohlo být, kdybychom dokázali posoudit pravděpodobnost úspěchu střídavé péče s předstihem – a kdybychom tato zjištění posléze také aplikovali. Je totiž nesporné, že střídavá péče skutečně může být pro děti nejlepší možnou variantou – a zároveň bohužel také i tou nejhorší. Zároveň je dobré mít na



paměti, že soudním rozhodnutím naše práce nekončí: zcela souhlasím s názorem kolektivu Johnsen, Litland & Hallström (2018), kteří na základě výpovědí dětských respondentů vybízejí k následnému monitorování průběhu střídavé péče a věnování speciální pozornosti rodinám, kde je míra konfliktů zvýšená.

## 5 ZÁVĚR

Ústředním tématem této práce byl institut střídavé péče, na nějž bylo nahlíženo především optikou dětí; nejprve formou odborné literatury a posléze formou retrospektivních rozhovorů s nyní dospělými jedinci.

V teoretické části práce bylo nastíněno, jaké funkce má zastávat rodina a jak je naplňování těchto funkcí ohroženo rozvodem manželství. Dále byly popsány různé varianty péče o děti po rozvodu, společně s jejich výhodami i riziky, přičemž největší prostor byl věnován právě střídavé péči. Protože rozvodová situace i střídavá péče bývá spojována s mnoha stresovými faktory, byly v samostatné kapitole stručně nastíněny i teorie, které se zabývají právě stresem a jeho zvládáním (neboli copingovými strategiemi či obrannými mechanismy).

Empirická část si pak kladla za cíl ověřit současné odborné poznání v oblasti střídavé péče a rozšířit ho o pohled dětí, které střídavou péčí samy zažily a dnes o ní jakožto dospělí jedinci referují. Mnoho z představených teoretických poznatků bylo výzkumem potvrzeno.

Kvalitu střídavé péče zvyšuje především dobrá komunikace mezi rodiči, kooperativní a respektující přístup exmanželů k sobě navzájem, schopnost dosáhnout kompromisu, flexibilita v myšlení i jednání a empatický přístup k dítěti. Kvalitu střídavé péče pak naopak zhoršuje sobecký přístup, zjištěnost, ukřivďenost, neochota přistoupit na kompromis, nekonstruktivní komunikace, rigidní jednání, neschopnost zajistit dítěti bezpečné a milující prostředí.

Osobnostní zralost rodičů se opakovaně ukazuje jako důležitá prerekvizita pro střídavou péči, která dítěti i přes menší nepohodlí ve výsledku prospívá více než péče výhradní. Jak ale ukázal i náš výzkum: pakliže u rodičů převažují negativní aspekty, dítě střídavou péčí ztratí více, než získá. Rozhodnutí o střídavé péči by tedy mělo předcházet pečlivé zmapování osobnostních předpokladů u rodičů a psychické odolnosti u dětí; a dále by měla následovat pravidelná „hodnocení spokojenosti“ všech zúčastněných, na základě kterých by bylo možno provést určité úpravy. Nezapomínejme, že děti si slovo často vzít nezvládnou, je tedy na dospělých kolem nich (případně zainteresovaných odbornících), aby jim dali prostor.

Další zkoumanou oblastí bylo zvládání dlouhodobě zátěžových situací v kontextu střídavé péče. Jako hlavní oblasti copingových strategií bylo identifikováno těchto 6 skupin: Odvedení pozornosti nebo vybití emocí skrz zástupnou aktivitu, Uzavírání se do sebe,

Hledání bezpečného, kontrolovaného prostředí, Hledání sociální opory, Racionalizace a empatie, Zaměření se na současné a budoucí.

V této oblasti byla učiněna také dvě zjištění, která naznačují přínos této práce pro praxi. Zaprvé, laická veřejnost má velmi úzké pojetí toho, co lze považovat za takzvané copingové a obranné mechanismy, které jsou za zvládání stresu odpovědné. Zadruhé, použití těchto mechanismů je u dětí velmi nesnadné; podle respondentů se dítě s nepříjemnými událostmi musí prostě smířit, jelikož jinou možností vůbec nedisponuje.

Tato dvě zjištění jsou vzájemně úzce propojena: kdyby bylo lépe známo, jak široké může být pojetí zvládání zátěže, rozšířily by se i zvažované možnosti dětí. Jelikož se ale jedná o velmi komplexní téma, je edukace veřejnosti nesnadná a zatím pravděpodobně i nevyžádaná. Co ale shledávám jako prostor pro užitečnou intervenci psychologů a pedagogů, je aktivní uschopňování dětí v nalézání a praktikování copingových strategií. Jak bylo zjištěno tímto výzkumem, děti si v porozvodové situaci připadají často bezmocné a vlečené okolnostmi – zvědomění vlastních zdrojů, které lze v copingu využít, by mohlo jejich kvalitu života nezanedbatelně zvýšit.

Z návrhů na praktické využití zjištění prezentovaných v této práci bych dále vyzdvihla zvláště ty, které ukazují na důležitost komunikace nejen s rodiči, ale hlavně s dětmi. Přestože zvenčí může střídavá péče vypadat jako bezproblémová, jedná se stále o velmi náročnou záležitost, ke které je třeba přistupovat citlivě a s respektem – a hlavně individualizovaně. Každé dítě i jeho rodiče jsou unikát a chceme-li jim skutečně pomoci zvládnout náročnou porozvodovou situaci, je třeba to mít na paměti a důsledně mapovat každou konkrétní realizaci střídavé péče zvlášť.

Je na nás, abychom si dokázali jasně definovat podmínky, za kterých dítě ve střídavé péči prospívá, a co můžeme udělat pro lepší život dětí, pro něž je tato situace neúměrně zatěžující. Ideální by bylo situaci posuzovat předem, v průběhu i s časovým odstupem a také z pohledu všech členů nukleární rodiny; výsledkem by tedy byla longitudinální studie, která by nám poskytla autentický zobecnitelný náhled na střídavou péči v České republice, abychom nemuseli své odborné posudky stavět na výzkumech ze Skandinávie.

Další variantou by pak mohla být studie zaměřená na podporu a rozvoj copingových mechanismů u dětí, případně i jejich rodičů – a sledování následného efektu.

Neméně důležitým úkolem pak je získané informace zkondenzovat do srozumitelné podoby tak, aby naše vědění nezůstalo výsadou vědecké komunity a odborníků, kteří by je zprostředkovávali pouze skrze osobní setkání nebo odborné konference. I ta nejzásadnější zjištění budou zbytečná, pakliže je nedokážeme adekvátně šířit, vhodně implementovat a využít pro lepší život nás všech.

## 6 ZDROJE

- Amirkhan, J., & Auyeung, B. (2007). Coping with stress across the lifespan: Absolute vs. relative changes in strategy. *Journal Of Applied Developmental Psychology*, 28(4), 298-317. <http://doi.org/10.1016/j.appdev.2007.04.002>
- Andreasson, J., & Johansson, T. (2019). Becoming a half-time parent: Fatherhood after divorce [Online]. *Journal Of Family Studies*, 25(1), 2-17. <http://doi.org/10.1080/13229400.2016.1195277>
- Atkinson, R. L. (2003). Psychologie. Praha: Portál.
- Ayers, T. S., Sandier, I. N., West, S. G., & Roosa, M. W. (1996). A dispositional and situational assessment of children's coping: Testing alternative models of coping. *Journal of personality*, 64(4), 923-958.
- Baumgartner, F. (2001). Zvládanie stresu – coping. In *Aplikovaná sociální psychologie II* (pp. 191-208). Praha: Grada.
- Behr, T. (2018). Otázky pro presumpci střídavé péče [Online]. *Právo A Rodina*, 20(1), 1-6.
- Bergström, M., Sarkadi, A., Hjern, A., & Fransson, E. (2019). "We also communicate through a book in the diaper bag"-Separated parents' ways to coparent and promote adaptation of their 1-4 year olds in equal joint physical custody [Online]. *Plos One*, 14(4), e0214913. <http://doi.org/10.1371/journal.pone.0214913>
- Berman, R. (2018). Children's influence on dual residence arrangements: Exploring decision-making practices [Online]. *Children And Youth Services Review*, 91, 105-114. <http://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.05.038>
- Braver, S. L., & Votruba, A. M. (2018). Does Joint Physical Custody "Cause" Children's Better Outcomes? [Online]. *Journal Of Divorce & Remarriage*, 59(5), 452-468. <http://doi.org/10.1080/10502556.2018.1454203>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress,

and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.

<http://doi.org/10.1037//0033-2909.127.1.87>

Connor-Smith, J. K., Compas, B. E., Wadsworth, M. E., Thomsen, A. H., & Saltzman, H. (2000). Responses to stress in adolescence: Measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology*, 68(6), 976-992.

<http://doi.org/10.1037//0022-006X.68.6.976>

Fetter, R. W. (2011). Trestem za neplacení alimentů může být vězení, ale ne ztráta práv a povinností k dítěti [Online]. In *Měšec.cz*. Retrieved from

<https://www.mesec.cz/clanky/trestem-za-neplaceni-alimentu-muze-byt-vezeni/>

Garcia, C. (2010). Conceptualization and Measurement of Coping During Adolescence: A Review of the Literature. *Journal Of Nursing Scholarship*, 42(2), 166-185.

<http://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2009.01327.x>

Hampel, P., & Petermann, F. (2005). Age and Gender Effects on Coping in Children and Adolescents. *Journal Of Youth And Adolescence*, 34(2), 73-83.

<http://doi.org/10.1007/s10964-005-3207-9>

Hejtmánková, L. (2012). *Střídavá péče o dítě po rozvodu rodičů* (Diplomová práce). Praha.

Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.

Johnsen, I. O., Litland, A. S., & Hallström, I. K. (2018). Living in Two Worlds – Children's Experiences After Their Parents' Divorce – A Qualitative Study [Online].

*Journal Of Pediatric Nursing*, 43, 44-51. <http://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.09.003>

Kohoutek, R., Ocetková, I., & Štěpaník, J. (1998). *Základy sociální psychologie*. Brno: CERM.

Kohoutek, T. (2014). *Zvládání zátěže jako téma psychologické teorie a výzkumu* (Disertační práce). Brno.

Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada.

Mapa kriminality. (2018). Mapa kriminality [Online]. Retrieved December 10, 2018, from

<http://www.mapakriminality.cz/#>

Mareš, J. (2001). *Sociální opora u dětí a dospívajících*. Hradec Králové: Nucleus.

- Matějček, Z., & Dytrych, Z. (1992). Přestali jste být manželi, ale zůstáváte rodiči. Jinočany.
- Matějček, Z. (2003). Co děti nejvíc potřebují (Vyd. 3). Praha: Portál.
- Ministerstvo spravedlnosti. (2017). Rozhodnutí soudů v řízení o nezletilých dětech [Online]. Retrieved December 2, 2018, from <https://www.czso.cz/documents/10180/45709978/300002176615.pdf/51de28ff-1574-4bd5-82be-63ec53830a21?version=1.1>
- Miovský, M. (2006). Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada.
- Moraru, A., Vasilescu, C., & Moraru, A. (2016). The influence of parents' marital status on coping strategies at children [Online]. *Psiworld 2015 Proceedings*, 271-274. <http://doi.org/10.15303/rjeap.2016.si1.a58>
- Nielsen, L. (2018). Joint versus sole physical custody: Outcomes for children independent of family income or parental conflict [Online]. *Journal Of Child Custody*, 15(1), 35-54. <http://doi.org/10.1080/15379418.2017.1422414>
- Novák, T. (2013). Střídavá péče o dítě: zájem dítěte především. Praha: Portál.
- Novák, T., Corradiniová, S., & Vypušťák, R. (2015). Kontakt s dětmi po rozvodu: jak nepřijít o dítě. Praha: Wolters Kluwer.
- Pavlát, J. (2010). Problémy studií argumentujících pro střídavou péči. *Česká A Slovenská Psychiatrie*, 106(3), 162-166.
- Pavlát, J. (2012). Porozvodové uspořádání [Online]. *Česká A Slovenská Psychiatrie*, 108(2), 88-92. Retrieved from <http://www.cspsychiatr.cz/detail.php?stat=787/>
- Rudolph, J. (2010). Jsi moje dítě: "Cochemská praxe" - cesty k lidštějšímu rodinnému právu. Praha: Magistrát hlavního města Prahy.
- Sandler, I. N., Tein, J. Y., & West, S. G. (1994). Coping, stress, and the psychological symptoms of children of divorce: A cross-sectional and longitudinal study. *Child development*, 65(6), 1744-1763.

- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216-269. <http://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>
- Steinbach, A. (2019). Children's and Parents' Well-Being in Joint Physical Custody: A Literature Review [Online]. *Family Process*, 58(2), 353-369. <http://doi.org/10.1111/famp.12372>
- Španková, D. (2017). *Střídavá péče z pohledu legislativy, pedagogů, veřejnosti a očima dítěte* (Bakalářská práce). Praha.
- VandenBos, G. R. (2015). APA dictionary of psychology (2. ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Vavricová, M. (2013). Contemporary trends in coping with stress research. *Československá Psychologie*, 57(2), 134–143.
- Vohlídalová, M. (2014). His and Her View: Shared Custody from Mothers' and Fathers' Perspective [Online]. *Gender, Equal Opportunities, Research*, 15(1). <http://doi.org/10.13060/12130028.2014.15.1.99>
- Vovsová, N. (2018). *Střídavá péče a její vliv na rodiny* (Bakalářská práce). Praha.
- Výrost, J., & Slaměník, I. (Eds.). (1998). *Aplikovaná sociální psychologie I*. Praha: Portál.
- Warshak, R. A. (1996). *Revoluce v porozvodové péči o děti*. Praha: Portál.
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník*. (2012). Retrieved from <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89#cast2>
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2010). Review: The development of coping across childhood and adolescence. *International Journal Of Behavioral Development*, 35(1), 1-17. <http://doi.org/10.1177/0165025410384923>
- Ženy a muži v datech: Práce a mzdy. (2017). Ženy a muži v datech: Práce a mzdy [Online]. In *Český statistický úřad*. Retrieved from <https://www.czso.cz/documents/10180/45709986/30000417k4.pdf/1beccd20-9c55-42c2-bba1-cedb2c960f90?version=1.1>



## **7 SEZNAM PŘÍLOH**

**Příloha 1:** Duální model copingu dle Compase a Connor-Smithové et al. (2000)

**Příloha 2:** Informovaný souhlas

**Příloha 3:** Nedokončené věty

**Příloha 4:** Kostra semistrukturovaného rozhovoru

**Příloha 5:** Výzkumná data – Andrea

**Příloha 6:** Výzkumná data – Beata

**Příloha 7:** Výzkumná data – Celestýna

**Příloha 8:** Výzkumná data – Dorian